

---

**ПСИХОЛОГИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

---

**ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ  
КАК ФАКТОР “ВЫГОРАНИЯ” У ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ  
СОЦИОНОМИЧЕСКИХ ПРОФЕССИЙ**

© 2008 г. О. Н. Доценко

*Соискатель Института психологии РАН, Москва;*

*e-mail: odotsenko@bk.ru*

Рассматриваются типы эмоциональной направленности учителей и врачей, как представителей социэкономических профессий. Выделены гуманистический и ресурсный компоненты эмоциональной направленности личности, установлено, что их выраженность взаимосвязана с высокими значениями показателей удовлетворенности профессиональной деятельностью и низким уровнем синдрома эмоционального выгорания.

*Ключевые слова:* эмоциональная направленность, социэкономические профессии, синдром эмоционального выгорания, удовлетворенность профессиональной деятельностью, профессиональное развитие, позитивные эмоции, ценности.

Становление субъекта деятельности является следствием прохождения человеком сложного пути своего развития, освоения профессиональной деятельности, адаптации к ней и совершенствования профессионального мастерства. На этом пути постоянно возникают все новые требования к его профессиональной пригодности. В то же время уровень пригодности, т.е. степень соответствия личности профессиональным требованиям, выступает детерминирующим фактором в развитии субъекта деятельности [2], что особенно остро проявляется у представителей социэкономических профессий, в таких видах труда, где объектом является человек с многообразием его проблем и трудностей. Прежде всего, это касается врачей, педагогов, психологов, социальных работников.

Соответствие человека его профессии проявляется через развитие в профессиональной деятельности. Процесс профессионализации сопровождается специфической интеграцией свойств и качеств, формированием личности как целостной системы [2]. Так, Б.Ф. Ломов отводит ведущую роль в обеспечении интеграции личности ее направленности, “...именно она выступает в роли побудительной системы, определяющей избирательность отношений к активности личности” [16, с. 11]. В работах отечественных психологов (С.Л. Рубинштейн [22], Л.И. Божович [3], В.Э. Чудновский [26]) разработан подход к исследованию развития личности через понятие направленности [7], которое можно определить как устойчивую устремленность, ориентированность мыслей, чувств, желаний, поступков человека, являющуюся

следствием доминирования определенных (главных, ведущих) мотиваций. Л.И. Божович [3] были выделены следующие типы направленности: общественная, деловая и личная. При личной направленности доминируют мотивы самодовольствия, благополучия, личного успеха в ущерб другим. Если преобладают мотивы помощи другим, познания, творчества, то это соответствует общественной и деловой направленности. Т.А. Флоренская, обращаясь к понятию направленности, пришла к выводу, что при рассмотрении развития личности нужно всегда иметь в виду духовную направленность [24]. Духовная направленность является тем вектором, который ориентирует всю жизнедеятельность человека, проявляясь особенно ярко в профессиях, направленных на взаимодействие с другими людьми. “Общественные отношения” [14, с. 81] (отношения человека к другим людям) присутствуют в любом виде профессиональной деятельности, отражая характер взаимосвязей человека (и их развитие) с руководителями, коллегами, клиентами и т.д. Особенно значимы эти отношения в социэкономических профессиях.

Анализ особенностей социэкономических профессий показывает необходимость определенных эмоциональных отношений между профессионалом и “объектом” его труда. С другой стороны, эмоционально-ценностное отношение к профессии врача и педагога выражает стремление к такому рода деятельности. “Типичная для мастеров высокого класса ценностная включенность в свой труд сопровождается положительным эмоциональным отношением к его содержа-

нию и процессу” [14, с. 192]. Если “субъект включен в профессию скорее когнитивно, чем ценностно и эмоционально”, то, возможно, происходит “овладение им лишь необходимым минимумом профессиональных знаний и умений” [14, с. 190]. В этом случае может отсутствовать стремление к профессиональному росту, к совершенствованию своего труда. Наличие эмоционального отношения является одним из необходимых условий для успешного профессионального процесса, приносящего удовлетворение и потребность в дальнейшей деятельности.

Следует отметить, что для *оптимального соотношения деятельности с развитием личности* Л.И. Анцыферова считает необходимым достижение субъектом чувства удовлетворенности от процесса и результатов деятельности [1]. Вместе с тем, удовлетворенность трудом рассматривается как комплексная характеристика, которая включает материальное вознаграждение, престиж и социальный статус профессии, эмоциональное удовлетворение от содержания выполняемой работы.

Профессии врача и учителя характеризуются высокой значимостью эмоциональных переживаний, которые человек испытывает в процессе профессиональной деятельности. Выбор указанных профессиональных групп для данного исследования также объясняется тем, что, по нашему предположению, они в большей степени, чем другие, связаны с призванием, с некоторой избранностью, в связи с ответственностью за важнейшие человеческие ценности: сохранение здоровья и передачу знаний. Важность для общества этих профессий обуславливает и ответственность, возлагаемую на исследования профессионально важных качеств, связанных с эмоциональной сферой личности. Таким образом, в данной работе была сделана попытка конкретизировать тему профессиональной пригодности, рассматривая проблему соответствия требований социомических профессий и эмоциональной направленности (как важной составляющей направленности личности).

В этой связи представляет интерес концепция эмоциональной направленности личности, разработанная Б.И. Додоновым, в ней рассматриваются только те эмоции, которые в сознании людей предстают в качестве “ценных” переживаний [12, 13]. В рамках данного подхода особое место отводится такому фактору мотивации поведения и деятельности людей, как их *потребность в эмоциональных переживаниях определенного характера*, т.е. их *закрепившиеся установки на те или иные переживания, являющиеся специфическими ценностями*. Так, например, известно, что оценочная функция эмоций служит индикатором достижений результатов в деятельности, соответствующих ценностным ориентациям человека

[9]. С точки зрения автора концепции эмоциональной направленности личности, участие эмоций в мотивации деятельности необходимо рассматривать не только в их служебной функции “оценок”, но и в особой роли самодовлеющих ценностей. Таким образом, Б.И. Додонов определяет эмоциональную направленность как “...первоначально чисто функциональную потребность человека в эмоциональном насыщении, преобразованную в стремление субъекта к определенным переживаниям своих отношений к действительности...” [13, с. 103]. На основании критериев наиболее значимых для человека переживаний была создана типология общей эмоциональной направленности людей, которая значительно обогатила дифференциальную психологию личности.

Наряду с другими типологиями, классификация людей по типам общей эмоциональной направленности помогает понять и предвидеть целый ряд важных производных особенностей структуры их личности, поведения и отношения к разным жизненным явлениям. Автором поставлен вопрос о создании особой “эмоциональной классификации” деятельности, позволяющей установить круг наиболее подходящих профессий для людей с разными типами структуры эмоциональной направленности, а также определить, какой вид деятельности удовлетворяет эмоциональные потребности человека [13]. Не отвергая полимотивированности трудовой деятельности (удовлетворение от процесса деятельности, достижение ее результата, материальное благополучие, познание, общение, достижение высокого социального статуса и уважения, самоопределение и самопроявление), в данной работе выделяется один из мотивов профессиональной деятельности – положительные эмоции, возникающие в процессе этой деятельности. Степень соответствия эмоциональной направленности личности требованиям профессии дает возможность реализации ценных для человека эмоций, тем самым обеспечивая удовлетворенность и развитие в осуществляемой деятельности. *Эмоциональная направленность рассматривается нами и как проекция ценностной ориентации личности, и как вектор развития личности в профессиональной деятельности, и как фактор профессионального развития.*

С.Л. Рубинштейном было определено два основных способа существования онтологического субъекта в мире – адаптивный и творческий, при этом адаптация и творчество выступают как варианты профессионального развития. С опорой на эти положения Д.Н. Завалишина [14, с. 97] выделяет следующие варианты развития субъекта профессиональной деятельности: прогрессивно-творческий (специалисты высшего класса); адаптивно-репродуктивный; адаптивно-деформирующий

щий; дезадаптивно-деформирующий (“психическое выгорание”). При их анализе установлено, что именно переход от системы “человек и профессия” к системе “человек и мир” (обращение к онтологическому субъекту) позволяет понять, что истоки “дефицитов” и “дефектов” этого развития лежат не в самой профессиональной деятельности, а в широкой системе отношений человека с миром, в его целостной жизнедеятельности [14, с. 108]. По нашему мнению, эмоциональная направленность личности занимает существенное место в системе ее профессионально важных качеств, а также может оказывать влияние на варианты профессионального развития личности: при соответствии эмоциональной направленности и требований профессии, скорее всего, возможен прогрессивно-творческий путь развития, а при несоответствии – дезадаптивно-деформирующий (выгорание).

В отечественной и зарубежной психологии проводятся многочисленные исследования, связанные с феноменом выгорания [8, 10, 15, 17, 20, 21 и др.]. Понятие “выгорание” (“*burnout*”) было введено американским психиатром Г. Фрейденбергер [27] в 1974 г. для описания особого личностного расстройства у *здоровых людей*, возникающего вследствие интенсивного и эмоционально нагруженного общения в процессе профессиональной деятельности. Выгорание понимают как истощение энергии у профессионалов в сфере социальной помощи, когда они чувствуют себя перегруженными проблемами других людей, вследствие чего снижается их эффективность в целях и действиях. К. Маслач [28] определила, что выгорание является эмоциональным истощением, следующим из стресса межличностного взаимодействия, что это очень определенный и специфический вид эмоционального истощения – утрата профессионалами позитивных чувств. Впоследствии исследователь представила это понятие как синдром физического и эмоционального истощения, включая в него развитие отрицательной самооценки, отрицательного отношения к работе и утрату понимания и сочувствия по отношению к клиентам [29]. Таким образом, этот синдром охватывает эмоциональное истощение, деперсонализацию и понижение профессиональной самооценки.

Феномен выгорания рассматривается рядом отечественных авторов [10, 17] как “профессиональное выгорание”, наиболее характерное для представителей социальных и коммуникативных профессий системы “человек–человек”, что позволяет изучать данный феномен в аспекте варианта профессионального развития [20]. В.В. Бойко является одним из первых отечественных исследователей проблемы эмоционального выгорания [3, 4]. Он определяет эмоциональное выгорание как выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного

исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия. Несмотря на различия в понимании феномена выгорания в работах отечественных авторов [4, 10, 17, 20, 23], на наш взгляд, речь идет о природе одного явления, которое далее в нашей работе обозначается как синдром эмоционального выгорания (СЭВ). Факторы, вызывающие синдром эмоционального выгорания, традиционно группируются по двум направлениям: особенности профессиональной деятельности и индивидуальные характеристики самих профессионалов [6, 10, 15, 17, 18]. К числу последних исследователи чаще всего относят такие характеристики, как стрессоустойчивость, трудовая мотивация, стратегия поведения, особенности самооценки, локус контроля, коммуникативные качества, стили саморегуляции [6, 8, 10, 15, 17, 20 и др.]. Центральным ядром феномена выгорания многие авторы определяют эмоциональное истощение, но при этом эмоциональной сфере личности в исследованиях уделено недостаточно внимания. На наш взгляд, эмоциональную сферу, с одной стороны, можно рассматривать как фактор профессионального соответствия и развития, с другой – именно эмоциональная сфера наиболее подвержена профессиональным деформациям, одной из разновидностей которых является “выгорание”. При этом остается невыясненным, может ли этот феномен отсутствовать или быть слабовыраженным у специалистов, работающих в сфере деятельности “человек–человек”, при определенных условиях материальной среды, содержании работы, социально-психологических условиях деятельности.

В этой связи представляется *актуальной* проблема изучения эмоциональной направленности личности как фактора синдрома эмоционального выгорания и удовлетворенности специалиста своей профессиональной деятельностью. Особую важность в данной работе мы придаем изучению эмоциональной сферы врачей и педагогов.

*Целью* данного исследования явилось изучение взаимосвязи эмоциональной направленности личности (ЭН), синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) и удовлетворенности специалиста своей профессиональной деятельностью (УПД). *Предмет исследования* – эмоциональная сфера личности в профессиональной деятельности типа “человек–человек”.

Были выдвинуты следующие *гипотезы*:

1. Показатели удовлетворенности профессиональной деятельностью в обследуемых группах взаимосвязаны с уровнем выраженности типов эмоциональной направленности.
2. Различие в индивидуальных проявлениях синдрома эмоционального выгорания связано с разными профилями типов эмоциональной направленности личности: высокий профиль гума-

нистического и ресурсного компонента типов ЭН соответствует низкому уровню выраженности синдрома эмоционального выгорания.

3. Показатели удовлетворенности профессиональной деятельностью взаимосвязаны с уровнем выраженности синдрома эмоционального выгорания.

В соответствии с целью и выдвинутыми гипотезами в исследовании решались следующие эмпирические задачи: выявить профили типов эмоциональной направленности у обследуемых специалистов; определить показатели удовлетворенности профессиональной деятельностью, уровень выраженности СЭВ у врачей и учителей; установить взаимосвязи эмоциональной направленности личности, удовлетворенности специалиста своей профессиональной деятельностью и синдрома эмоционального выгорания у врачей и учителей.

### МЕТОДИКА

Участники исследования – 128 педагогов и 101 врач (мужчины и женщины), имеющие стаж работы не менее трех лет; проживающие в Москве и ближайшем Подмосковье.

Для решения поставленных задач были использованы: опросник Б.И. Додонова [19, с. 521], позволяющий выявить эмоциональную направленность личности; анкета для оценки степени удовлетворенности работой; методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко [5, с. 151].

Опросник Б.И. Додонова основан на авторской концепции [13] и включает в себя интерпретацию 10 типов направленности личности: *альтруистический* – в основе потребность в содействии, помощи; *коммуникативный* – базируется на потребности в общении, сочувствующем собеседнике; *глотический* – потребность самоутверждения, славы, почета; *праксический* – ценностные переживания, связанные с реализацией деятельности, которая нужна субъекту сама по себе; *пугнический* – опирается на потребность в преодолении опасности, на интерес к борьбе; *романтический* – стремление ко всему необычайному, таинственному; *гностический* – стремление понять, разрешить сложную проблему; *эстетический* – тяга к произведениям искусства, стремление к эстетической гармонии с миром, к переживанию чувства прекрасного; *гедонистический* – выражение потребности в телесном и душевном комфорте; *акизитивный* (приобретение) – тяга к накоплению, коллекционированию вещей.

Специально разработанная анкета для оценки степени удовлетворенности работой позволила получить информацию о возрасте, половой принадлежности, профессии и профессиональном стаже опрашиваемых. Она также включала ряд

показателей, оценивающих удовлетворенность респондентов их заработной платой, решением бытовых проблем, престижем профессии, социальным статусом; определяющих уровень эмоционального удовлетворения от содержания работы; степень готовности сменить профиль работы при большей оплате и лучших условиях труда. В анкету вошли вопросы о частоте эмоциональных переживаний гностического, эстетического и гедонистического направления в процессе профессиональной деятельности.

Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко позволяет получить подробную картину синдрома эмоционального выгорания личности, выявить ведущие симптомы “выгорания”, составляющие три фазы его формирования: фазу “напряжения” (переживания психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворенности собой, “загнанности в клетку”, тревоги и депрессии); “резистенции” (неадекватного избирательного эмоционального реагирования, эмоционально-нравственной дезориентации, расширения сферы экономии эмоций, редукции профессиональных обязанностей); и фазу “истощения” (эмоционального дефицита и отстраненности, деперсонализации, психосоматических и психовегетативных нарушений).

*Статистический анализ* эмпирических данных включал методы первичной статистики (анализ средних, построение гистограмм); а также метод определения достоверности различий *U*-критерий Манна–Уитни, корреляционный анализ Спирмена, кластерный анализ (метод *K*-средних, древовидная кластеризация), обработка осуществлялась в программе *STATISTICA 6.0*.

### РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

*Эмоциональная направленность и удовлетворенность профессиональной деятельностью.* В результате анализа и обработки данных установлено, что обследуемые группы врачей и учителей характеризуются сходными профилями типов ЭН: с доминированием альтруистической, коммуникативной и практической направленности (рис. 1).

Выявлено, что уровень степени выраженности ЭН в группах учителей и врачей статистически достоверно имеет значимые различия (метод достоверности различий Манна–Уитни для сравнения групп).

В группе учителей преобладают показатели альтруистической ( $Z = 2.79$ ;  $p = 0.005$ ); коммуникативной ( $Z = 2.02$ ;  $p = 0.04$ ); практической ( $Z = 1.97$ ;  $p = 0.04$ ); романтической ( $Z = 2.23$ ;  $p = 0.02$ ) и эстетической направленности ( $Z = 3.03$ ;  $p = 0.002$ ).

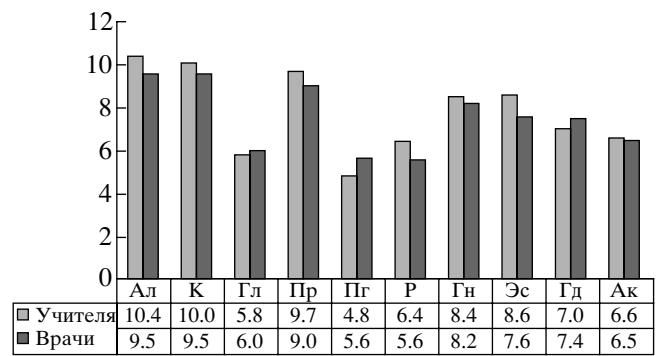
Выраженность пугнической направленности достоверно выше в группе врачей ( $Z = 2.7$ ;  $p = 0.005$ ). Полученные данные показывают, что учителя и врачи имеют сходные профили по доминированию ЭН, но в то же время особенности профессии задают различия в степени ее выраженности.

Метод кластерного анализа (древовидная кластеризация) позволил выделить несколько совокупностей типов ЭН среди исследуемых групп. В результате проведенного анализа выявлена совокупность ведущих типов ЭН, которые характерны для профессии врача и учителя и соответствуют содержанию их деятельности. Так, альтруистический и коммуникативный типы направленности характеризуют склонность человека оказывать содействие, помощь; выражать сочувствие, стремление к эмоциональной близости с другими людьми – все то, что объединяют гуманистические ценности. Практический тип ЭН, являясь отражением профессиональной деятельности врачей и учителей, также носит гуманистический характер. Эти типы ЭН в совокупности и взаимосвязи определены нами как *гуманистический компонент ЭН личности*. Доминирование данных типов ЭН, максимально отражающих характер рассматриваемых профессий, позволяет также предположить, чем обусловлен выбор субъектом профессии типа “человек–человек”.

Другая совокупность типов эмоциональной направленности объединяет гностический, эстетический и гедонистический типы, связанные с гармоничным развитием личности. Их выраженность является ресурсом для получения ценных позитивных эмоций при восприятии красоты и в процессе познания окружающего мира, при мудром отношении к природе человека. Данная совокупность типов ЭН названа нами *ресурсным компонентом эмоциональной направленности личности*.

Таким образом, можно сделать вывод, что для представителей социономических профессий характерно сочетание гуманистического и ресурсного компонентов ЭН.

С целью выявления взаимосвязей между выраженностью типов эмоциональной направленности личности и показателями удовлетворенности ею профессиональной деятельностью был применен корреляционный анализ Спирмена. Установлено, что показатель “эмоциональное удовлетворение от содержания работы” имеет статистически значимые взаимосвязи в группах врачей с альтруистической ( $R = 0.23$ ;  $p = 0.21$ ), практической ( $R = 0.35$ ;  $p = 0.0002$ ) и гностической направленностью ( $R = 0.24$ ;  $p = 0.01$ ); а также в группах учителей с практической ( $R = 0.29$ ;  $p = 0.0006$ ), романтической ( $R = 0.21$ ;  $p = 0.01$ ) и эстетической направленностью ( $R = 0.26$ ;  $p = 0.002$ ).



**Рис. 1.** Профили типов эмоциональной направленности личности (средние значения на выборке врачей и учителей). Ал – альтруистическая, К – коммуникативная, Гл – глорическая, Пр – практическая, Пг – пугническая, Р – романтическая, Гн – гностическая, Эс – эстетическая, Гд – гедонистическая, Ак – акизитивная.

Результаты исследования показывают, что эмоциональное удовлетворение от содержания деятельности зависит в первую очередь от реализации самой деятельности, но, вместе с тем, стремление к познавательной активности, устремление к эстетическим переживаниям наполняют труд ценными эмоциями.

Наличие выраженной взаимосвязи эмоциональной направленности личности и удовлетворенности специалиста своей профессиональной деятельностью подтверждают данные, полученные с помощью корреляционного анализа.

Анализ эмоциональных переживаний в процессе профессиональной деятельности и их взаимосвязь с показателями удовлетворенности этой деятельностью позволили нам *изучить не только стремления и потребности в эмоциональных переживаниях* (которые могут быть как реализованы так и не реализованы), *но и актуализацию переживаний в профессиональной сфере*.

В табл. 1 представлены статистически значимые корреляционные зависимости между частотой эмоциональных переживаний и показателями удовлетворенности профессиональной деятельностью врачами и учителями. Установлено, что чем чаще специалист испытывает во время профессиональной деятельности эмоциональные переживания гностического, эстетического и гедонистического содержания, тем выше показатели эмоционального удовлетворения от содержания работы, удовлетворения престижем и социальным статусом профессии и ниже степень готовности сменить профиль работы при большей оплате и лучших условиях труда. Тесная взаимосвязь частоты эстетических переживаний со всеми показателями удовлетворенности профессиональной деятельностью позволяет нам сделать вывод о не-

**Таблица 1.** Взаимосвязь показателей удовлетворенности профессиональной деятельностью врачей и учителей с частотой их эмоциональных переживаний в процессе профессиональной деятельности (коэффициенты корреляции Спирмена)

| Показатели удовлетворенности профессиональной деятельностью                     | Проф. группа | Эмоциональные переживания |          |              |          |                 |          |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------|----------|--------------|----------|-----------------|----------|
|                                                                                 |              | гностические              |          | эстетические |          | гедонистические |          |
|                                                                                 |              | <i>R</i>                  | <i>p</i> | <i>R</i>     | <i>p</i> | <i>R</i>        | <i>p</i> |
| Удовлетворение решением бытовых проблем на рабочем месте                        | врачи        | .56                       | <.001    | .40          | .007     |                 |          |
|                                                                                 | учителя      |                           |          | .26          | .002     | .29             | <.001    |
| Удовлетворение престижем профессии                                              | врачи        | .33                       | .02      | .40          | .007     |                 |          |
|                                                                                 | учителя      | .24                       | .006     | .31          | <.001    | .24             | .005     |
| Эмоциональное удовлетворение от содержания работы                               | врачи        | .37                       | .009     | .45          | .002     |                 |          |
|                                                                                 | учителя      | .35                       | <.001    | .47          | <.001    | .41             | <.001    |
| Удовлетворение социальным статусом                                              | врачи        | .34                       | .01      | .32          | .03      | .32             | .03      |
|                                                                                 | учителя      | .18                       | .03      | .25          | .003     | .20             | .02      |
| Степень готовности сменить профессию при большей оплате и лучших условиях труда | врачи        |                           |          |              |          |                 |          |
|                                                                                 | учителя      | -.26                      | .002     | -.24         | .004     | -.24            | .005     |

Примечание. Представлены только значимые коэффициенты корреляции. Нули опущены.

обходимости реализации в ней эстетических потребностей.

Вместе с тем, выявлено, что удовлетворение эстетических переживаний в процессе профессиональной деятельности имеет значимые различия для исследуемых групп, причем у учителей этот показатель выше ( $p = 0.00001$ ).

Полученные данные о показателях удовлетворенности профессиональной деятельностью свидетельствуют о том, что чем в большей степени выбранный профессиональная деятельность соответствует ЭН личности, тем больше у нее возможностей получения именно тех переживаний, которые субъективно определяются как ценные. Эмоциональное удовлетворение от содержания деятельности в группах учителей и врачей как представителей социономических профессий имеет наиболее тесные взаимосвязи с гуманистическим и ресурсным компонентами эмоциональной направленности личности.

Высокая мотивация эмоциональной отдачи гуманистического содержания соответствует системе ценностей личности, отраженной в отношениях с объектом деятельности. В. Франкл, описывая взаимоотношения врача и пациента, отмечает: "...Врач, стремящийся к исцелению человека от болезней, должен уметь найти дорогу к душе каждого своего пациента" [25, с. 229]. Это утверждение можно перефразировать и для отношений учителя и ученика. Гуманистическая эмоциональная отдача, входящая в систему самооценки, наполняет специалиста эмоциональным удовлетворением, уважением к своей деятельности.

Потребность и реализация эстетической направленности в профессиональной деятельности, подтвержденная исследованиями, является одной

из граней профессионального развития. Д.Н. Завалишина пишет о том, что "стремление эмоционально выразить себя в трудовом процессе актуализирует, вероятно, и эстетические потребности человека", которые позволяют оценивать процесс и продукт труда по эстетическим критериям, поднимая с уровня "радость для себя" до уровня "радость для других" [14, с. 201]. Выраженность гностического типа эмоциональной направленности мы также рассматриваем как источник профессионального развития, как побуждающую активность к познавательной деятельности во всем ее многообразии. Таким образом, эмоциональная направленность личности выступает как фактор удовлетворенности профессиональной деятельностью, соответствия особенностей личности и профессии.

*Эмоциональная направленность и синдром эмоционального выгорания.* Эмоциональная направленность личности изучалась нами, с одной стороны, как фактор удовлетворенности профессиональной деятельностью, с другой – как фактор синдрома эмоционального выгорания.

Результаты исследования показателей синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) врачей и учителей свидетельствуют о том, что в обеих группах наблюдаются индивидуальные различия суммарного показателя синдрома эмоционального выгорания (у врачей – вариации от 30 до 253 баллов, у учителей – от 25 до 259 баллов). При этом значимые различия суммарного показателя синдрома эмоционального выгорания в обследуемых группах не выявлены (в группе врачей среднее значение суммарного показателя СЭВ – 118.01; у учителей – 109.95). Следует отметить неравномерность формирования фаз синдрома эмоционального выгорания (табл. 2) (согласно мето-

дикое В.В. Бойко фаза считается сформировавшейся при показателях более 60 баллов).

Установлено, что фаза “резистенции” СЭВ сформирована у наибольшего числа респондентов, при этом представляется важным, что высокое суммарное значение СЭВ характеризует опрошенных с развившейся фазой “истощения”.

Выявлены значимые различия в выраженности симптомов эмоционального выгорания, а именно: в группе врачей выше показатели симптома “Переживание психотравмирующих обстоятельств” ( $p = 0.01$ ) и симптома “Эмоциональная отстраненность” ( $p = 0.01$ ).

Получены взаимосвязи между суммарными показателями СЭВ и выраженностью типов эмоциональной направленности личности (табл. 3).

Как видно из табл. 3, выраженность у врачей альтруистического, коммуникативного, праксического, гностического и эстетического типов эмоциональной направленности связана с уменьшением значения синдрома эмоционального выгорания. В группе учителей обнаружены отрицательные корреляции альтруистической эмоциональной направленности и значений СЭВ. Высокие показатели акизитивного типа эмоциональной направленности повышают эмоциональное выгорание как у врачей, так и у учителей. Стремление учителей к самоутверждению также повышает риск эмоционального выгорания.

Для выявления влияния выраженности типов ЭН на уровень суммарного показателя СЭВ в обеих группах были выделены респонденты с низким уровнем СЭВ (меньше 60) и с высоким уровнем СЭВ (больше 180). С помощью кластерного анализа (метод К-средних) для лиц с различ-

**Таблица 2.** Сформированность фаз синдрома эмоционального выгорания в группах врачей и учителей (в %)

| Профессиональная группа | Фаза СЭВ     |               |             |
|-------------------------|--------------|---------------|-------------|
|                         | “напряжения” | “резистенции” | “истощения” |
| Врачи                   | 12.9         | 36.6          | 8.9         |
| Учителя                 | 6.3          | 34.1          | 5.6         |

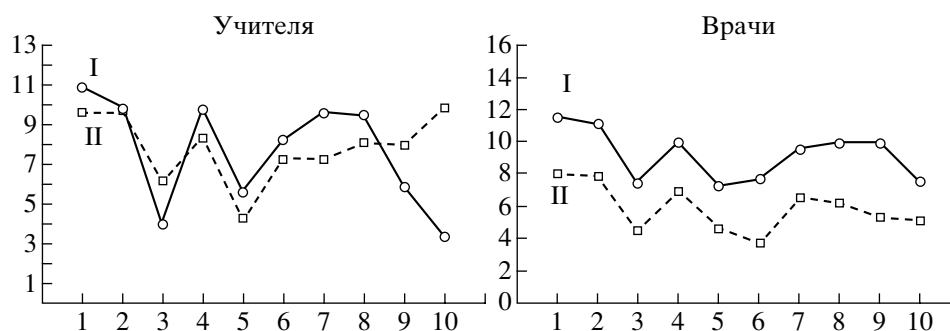
**Таблица 3.** Взаимосвязь суммарных показателей СЭВ с выраженностью типов эмоциональной направленности личности (коэффициенты корреляции Спирмена)

| Тип эмоциональной направленности | Профессиональная группа |      |         |     |
|----------------------------------|-------------------------|------|---------|-----|
|                                  | врачи                   |      | учителя |     |
|                                  | R                       | p    | R       | p   |
| Альтруистический                 | -.23                    | .016 | -.19    | .02 |
| Коммуникативный                  | -.26                    | .007 |         |     |
| Глорический                      |                         |      | .19     | .03 |
| Праксический                     | -.22                    | .002 |         |     |
| Гностический                     | -.21                    | .02  |         |     |
| Эстетический                     | -.20                    | .03  |         |     |
| Акизитивный                      | .20                     | .04  | .20     | .02 |

*Примечание.* Представлены только значимые коэффициенты корреляции. Нули опущены.

ным уровнем выраженности СЭВ были определены профили типов ЭН личности (рис. 2).

Установлено, что *профиль*, соответствующий *низкому уровню СЭВ* (меньше 60), характеризуется высокими значениями альтруистической, коммуникативной, праксической ЭН, которые составляют *гуманистический компонент ЭН*; а



По оси абсцисс: типы эмоциональной направленности:  
 1 – альтруистическая, 2 – коммуникативная, 3 – глорическая,  
 4 – практическая, 5 – пугническая, 6 – романтическая, 7 – гностическая,  
 8 – эстетическая, 9 – гедонистическая, 10 – акизитивная.  
 По оси ординат: выраженность эмоциональной направленности.  
 I – итоговый показатель синдрома эмоционального выгорания меньше 60.  
 II – итоговый показатель синдрома эмоционального выгорания больше 180.

**Рис. 2.** Профили выраженности типов эмоциональной направленности у врачей и учителей с различным уровнем синдрома эмоционального выгорания.

**Таблица 4.** Взаимосвязь суммарных показателей СЭВ с показателями удовлетворенности профессиональной деятельностью (коэффициенты корреляции Спирмена)

| Показатели удовлетворенности профессиональной деятельностью                     | Профессиональная группа |       |         |       |
|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------|---------|-------|
|                                                                                 | врачи                   |       | учителя |       |
|                                                                                 | R                       | p     | R       | p     |
| Удовлетворение заработной платой                                                | -.28                    | .004  | -.42    | <.001 |
| Удовлетворение решением бытовых проблем на рабочем месте                        |                         |       | -.35    | <.001 |
| Удовлетворение престижем профессии                                              | -.25                    | .01   | -.37    | <.001 |
| Эмоциональное удовлетворение от содержания работы                               | -.34                    | <.001 | -.38    | <.001 |
| Удовлетворение социальным статусом                                              | -.25                    | .01   | -.36    | <.001 |
| Степень готовности сменить профессию при большей оплате и лучших условиях труда | .24                     | .01   | .38     | <.001 |

*Примечание.* Представлены только значимые коэффициенты корреляции. Нули опущены.

также высокими значениями гностической, эстетической и гедонистической ЭН, т.е. выраженным *ресурсным компонентом* ЭН.

*Профиль*, характеризующий лиц с *высокими значениями СЭВ* (больше 180), определяется более низкими значениями гуманистического и ресурсного компонентов ЭН личности.

Анализ полученных профилей позволяет сделать вывод о том, что высокие значения гуманистического и ресурсного компонентов ЭН опре-

деляют низкий уровень СЭВ, что подтверждает одну из гипотез исследования.

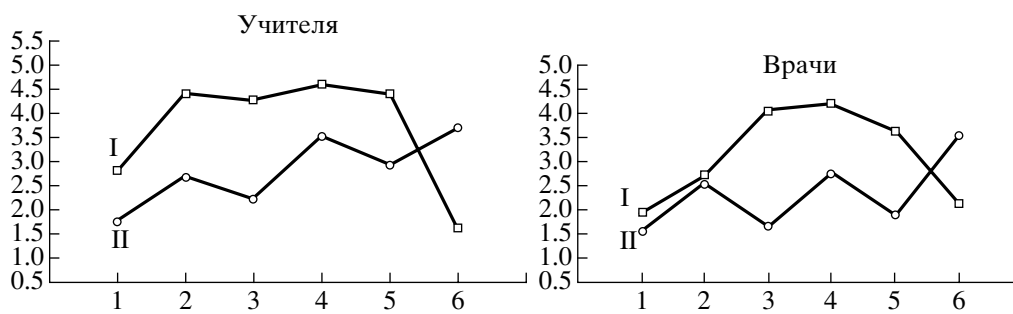
Наблюдаются также значимые корреляции между отдельными симптомами СЭВ и типами ЭН. Причем с наибольшим числом симптомов эмоционального выгорания отрицательно связаны именно показатели гуманистического и ресурсного компонентов эмоциональной направленности. Данные результаты выявляют важные особенности личности, препятствующие эмоциональному выгоранию.

*Удовлетворенность профессиональной деятельностью и синдром эмоционального выгорания.* В табл. 4 представлены статистически значимые взаимосвязи показателей удовлетворенности работой и уровня суммарного показателя СЭВ.

Полученные данные показывают, что практически все показатели удовлетворенности профессиональной деятельностью взаимосвязаны с эмоциональным выгоранием. Наибольшее значение отрицательной взаимосвязи с уровнем СЭВ демонстрирует показатель “эмоциональное удовлетворение от содержания работы” как для врачей, так и учителей.

Также обнаружены отрицательные корреляционные связи с наибольшим числом симптомов СЭВ и показателями УПД.

С помощью кластерного анализа выявлены профили выраженности показателей удовлетворенности работой для лиц с различным уровнем выраженности СЭВ (меньше 60 и больше 180) (рис. 3). Профиль, отвечающий низкому уровню СЭВ, характеризуется высокими значениями показателей удовлетворенности профессиональной



По оси абсцисс: показатели удовлетворенности профессиональной деятельностью:

- 1 – удовлетворение заработной платой;
  - 2 – удовлетворение бытовыми условиями;
  - 3 – удовлетворение престижем профессии;
  - 4 – эмоциональное удовлетворение от содержания работы;
  - 5 – удовлетворение социальным статусом;
  - 6 – степень готовности сменить профессию при большей оплате и лучших условиях труда.
- По оси ординат: уровень показателей удовлетворенности профессиональной деятельностью;
- I – итоговый показатель синдрома эмоционального выгорания меньше 60;
  - II – итоговый показатель синдрома эмоционального выгорания больше 180.

**Рис. 3.** Профили удовлетворенности профессиональной деятельностью учителей и врачей с различным уровнем синдрома эмоционального выгорания.



деятельностью, а профиль, соответствующий высокому уровню СЭВ – низкими значениями показателей удовлетворенности профессиональной деятельностью.

Таким образом, с нашей точки зрения, СЭВ характеризуется нарушением баланса между позитивными и негативными эмоциями, возникающим в процессе профессиональной деятельности. В таком случае ЭН гуманистического и ресурсного компонентов можно рассматривать как устойчивые динамические каналы получения позитивных эмоций. Наличие этих каналов может приводить к восстановлению нарушаемого баланса и снижать риск развития СЭВ.

Исследования, посвященные профилактике и лечению СЭВ, согласуются с работами Л.Г. Дикой о психической саморегуляции функционального состояния человека [11]. Это позволяет утверждать, что меры по предотвращению СЭВ должны быть самостоятельной частью профессиональной деятельности для специалистов социальных профессий.

Следует отметить, что эмоциональная направленность является только стороной единой направленности человека, в которой решающую роль играет его мировоззренческая направленность. ЭН является проекцией личностного ядра, в которое входят ценностная и духовная направленности. “Если эмоциональная направленность влияет на выбор сферы деятельности и ее процессуальные моменты, то мировоззренческая определяет, кому или чему эта деятельность посвящается” [13, с. 257].

При выраженном соответствии личности и профессии, проявленном через актуализацию ЭН и интеграцию всей системы ценностей личности, возможен прогрессивно-творческий путь ее профессионального развития, а результатом является наибольшее эмоциональное удовлетворение от содержания деятельности и процессуальных позитивных эмоциональных переживаний. При несоответствии личности и профессии не происходит эмоционального удовлетворения от содержания профессиональной деятельности, а в итоге возникает риск развития эмоционального выгорания.

## ВЫВОДЫ

1. Совокупность выраженных гуманистического и ресурсного компонентов эмоциональной направленности личности характерна для представителей социально-экономических профессий и соответствует содержанию их деятельности. Исследуемые группы врачей и учителей характеризуются сходными профилями типов эмоциональной направленности. При соответствии эмоциональной направленности личности и профессии появляется

возможность удовлетворить эмоциональные потребности, которые для индивидуума являются ценными. Высокие показатели удовлетворенности профессиональной деятельностью в исследуемых группах связаны с выраженностью гуманистического и ресурсного компонентов эмоциональной направленности. Эмоциональное удовлетворение специалиста от содержания профессиональной деятельности сопровождается выраженными эстетическими, гностическими и гедонистическими эмоциональными переживаниями в процессе этой деятельности.

2. Степень эмоционального выгорания связана с уровнем выраженности типов эмоциональной направленности личности. Профиль, соответствующий лицам с низким уровнем синдрома эмоционального выгорания, характеризуется высокими значениями гуманистического и ресурсного компонентов эмоциональной направленности личности. Профиль, описывающий лиц с высоким уровнем СЭВ, характеризуется низкими значениями гуманистического и ресурсного компонентов эмоциональной направленности.

3. Различия в индивидуальных проявлениях синдрома эмоционального выгорания связаны с показателями удовлетворенности профессиональной деятельностью: профиль, соответствующий низкому уровню синдрома эмоционального выгорания, характеризуется высокими значениями показателей удовлетворенности профессиональной деятельностью; профиль, соответствующий высокому уровню синдрома эмоционального выгорания, характеризуется низкими значениями показателей удовлетворенности профессиональной деятельностью.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Анциферова Л.И.* Личность с позиций динамического подхода // Психология личности в социалистическом обществе (Личность и ее жизненный путь) / Отв. ред. Б.Ф. Ломов, К.А. Абульханова-Славская. М.: Наука, 1990.
2. *Бодров В.А.* Практикум по дифференциальной психодиагностике профессиональной пригодности. Учебное пособие / Под общ. ред. В.А. Бодрова. М.: ПЕР СЭ, 2003.
3. *Божович Л.И.* Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна. 2-е изд. М.: Изд-во “Институт практической психологии”, Воронеж: НПО “МОДЭК”, 1997.
4. *Бойко В.В.* Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении. СПб.: Питер, 1999.
5. *Бойко В.В.* Энергия эмоций. СПб.: Питер, 2004.
6. *Большакова Т.В.* Личностные детерминанты и организационные факторы возникновения психического выгорания у медицинских работников: Дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2004.

7. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. 3-е изд. дополн., перераб. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006.
8. Величковская С.Б. Зависимость возникновения стресса от факторов профессиональной деятельности педагогов: Дисс. ... канд. психол. наук. М., 2005.
9. Виллюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: Изд. Моск. ун-та, 1976.
10. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Питер, 2005.
11. Дикая Л.Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход). М.: Изд-во "Институт психологии РАН", 2003.
12. Додонов Б.И. Классификация эмоций при исследовании эмоциональной направленности личности // Вопросы психологии. 1975. № 6. С. 21–33.
13. Додонов Б.И. Эмоции как ценность. М.: Политиздат, 1978.
14. Завалишина Д.Н. Практическое мышление: Специфика и проблемы развития. М.: Изд-во "Институт психологии РАН", 2005.
15. Кутузова Д.А. Организация деятельности и стиль саморегуляции как факторы профессионального выгорания педагога-психолога: Дисс. ... канд. психол. наук. М., 2006.
16. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы в психологии. М.: Наука, 1984.
17. Орёл В.Е. Синдром психического выгорания личности. М.: Изд-во "Институт психологии РАН", 2005.
18. Орёл В.Е. Феномен "выгорания" в зарубежной психологии: эмпирические исследования и перспективы // Психол. журн. 2001. Т. 22. № 1. С. 90–101.
19. Прикладная социальная психология. М.: Изд-во "Институт практической психологии". Воронеж: Изд-во НПО "МОДЕК", 1998.
20. Проблемы исследования синдрома "выгорания" и пути его коррекции у специалистов помогающих профессий (в медицинской, психологической и педагогической практике): Сб. науч. ст. / Под ред. В.В. Лукьянова, С.А. Подсадного. Курск: КГУ, 2007.
21. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях // Психол. журн. 2002. Т. 23. № 3. С. 85–95.
22. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. М.: Учпедгиз, 1946.
23. Скугаревская М.М. Синдром выгорания в социальных профессиях // Медицинские новости. 2002. № 7. С. 3–9.
24. Флоренская Т.А. Мир дома твоего. Человек в решении жизненных проблем. М.: Русский Хронограф, 2006.
25. Франкл В. Психотерапия на практике: Пер. с нем.. СПб.: Речь, 2001.
26. Чудновский В.Э. Нравственная устойчивость личности: Психологическое исследование. М.: Педагогика, 1981.
27. Freudenberger H.J. The staff burnout syndrome in alternative institutions / Psychotherapy: Theory, Research and Practice. 12(1):73–82, 1975.
28. Maslach C. Job burnout: How people cope. Public Wealf, Sping, 1978.
29. Maslach C., Leiter M.P. Preventing burnout and building engagement: a complete program for organizational renewal. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 2000.

## EMOTIONAL ORIENTATION AS A FACTOR OF "BURNOUT" IN SOCIONOMIC PROFESSIONS REPRESENTATIVES

O. N. Dotsenko

*Competitor, Psychological Institute of RAS, Moscow*

Types of emotional orientation of teachers and doctors as socionomic professions representatives are described. Humanistic and resource components of emotional orientation types are allotted; it is fixed that their intensity is correlated with high values of professional activity satisfaction indices and low values of burnout syndrome indices.

*Key words:* emotional orientation, socionomic professions, burnout syndrome, satisfaction with professional activity, professional development, positive emotions, values.