



УДК 159.9.072

## **Эмпирическое исследование взаимосвязи ценностных ориентаций и эмоционального выгорания у сотрудников противопожарной службы МЧС**

А. В. Маркер, Е. В. Карсакова

*Иркутский государственный университет, г. Иркутск*

**Аннотация.** Анализируются результаты изучения взаимосвязи эмоционального выгорания и ценностных ориентаций сотрудников противопожарной службы МЧС, дается характеристика стадий формирования эмоционального выгорания у данной категории сотрудников, поэтапно описываются корреляционные связи между ценностными ориентациями и каждой стадией эмоционального выгорания, а также косвенно отслеживается влияние эмоционального выгорания на личность. В результате установлена положительная связь между симптомом неудовлетворенности собой и группой этических ценностей, а наибольшее количество связей обнаружено вокруг ценностей материально обеспеченной жизни и образованности. Объясняя выявленные закономерности, авторы подчеркивают значимость полученных результатов для разработки практических рекомендаций и коррекции деформаций ценностных ориентаций сотрудников противопожарной службы МЧС.

**Ключевые слова:** ценностные ориентации, эмоциональное выгорание, сотрудники МЧС.

Пожарно-спасательные формирования МЧС осуществляют деятельность, связанную с постоянным эмоциональным напряжением. Они обязаны проводить профилактику и тушение пожаров на стратегически важных для страны объектах, осуществлять контроль за исполнением законов и регламентов в области пожарной безопасности на местах, оперативное управление другими видами пожарной охраны, взаимодействуя при этом с психологически трудным контингентом [7]. Находясь в постоянной стрессовой ситуации, контингент данных сотрудников может быть в дальнейшем подвержен истощению нервной системы, срывам и пр. К негативным последствиям также относят эмоциональное выгорание.

Эмоциональное выгорание, по мнению В. В. Бойко, является профессиональной деформацией и может приводить к некоторым изменениям в жизни человека [1]. Вероятным является и то, что ценностные ориентации личности могут быть подвергнуты деформациям.

Стоит отметить, что человек, находящийся в состоянии эмоционального выгорания, не всегда способен осознать происходящие изменения на уровне физического тела, личностной сферы и поведения, а также предпринять действия, направленные на устранение последствий влияния хрониче-

ского стрессового фактора. Причиной тому отчасти может являться совокупность деформированных ценностных ориентаций, изменившихся в результате воздействия на них психологических перегрузок. На наш взгляд, обнаружение связи между выгоранием и ценностями поможет предупредить нарушения в иерархии ценностных ориентаций личности, а также позволит оказывать коррекционные воздействия на людей, профессиональная деятельность которых включает их в группу риска формирования синдрома выгорания, и в итоге своевременно оказывать им необходимую помощь и поддержку. Изучение взаимосвязи ценностных ориентаций и эмоционального выгорания затрагивается психологией нечасто. Исследователи Д. В. Каширский [4], В. А. Луговский [10], И. В. Малышев [5], Н. В. Мушастая [6], Л. В. Сурженко [11], Е. Г. Ожогова [8], И. В. Ярославцева [9] прямо или косвенно указывали на некоторую связь между ценностями и выгоранием, но при этом большинство из них изучали выгорание педагогов и медицинских работников. Вопросы же эмоционального выгорания работников противопожарной службы МЧС и связь данного феномена с ценностными ориентациями по-прежнему остаются актуальными.

Цель данного исследования заключается в изучении взаимосвязи ценностных ориентаций и эмоционального выгорания спасателей противопожарной службы МЧС. Объект в данном случае – это ценностные ориентации личности, а предмет – взаимосвязь ценностных ориентаций и эмоционального выгорания данного контингента сотрудников МЧС.

Мы предположили, что существует взаимосвязь ценностных ориентаций и эмоционального выгорания сотрудников МЧС. Конкретизируя гипотезу, можно предположить наличие положительной взаимосвязи эмоционального выгорания и таких ценностей, как ценности личной жизни и общения, а также наличие отрицательной связи с такими ценностями, как ценности дела и профессиональной самореализации.

В разработке теоретической основы работы мы опирались на исследования ценностных ориентаций Ф. Е. Василюка, А. Г. Здравомыслова, Д. А. Леонтьева, В. А. Ядова, М. С. Яницкого, а также зарубежных психологов А. Маслоу, М. Рокича, В. Франкла. Проблема эмоционального выгорания раскрывается в работах В. В. Бойко, Н. Е. Водопьяновой, Е. С. Старченковой.

Анализ научной литературы, посвященной изучаемой теме, показал, что ценностные ориентации изучались многими учеными, ими давались различные варианты понимания и объяснения этого термина. В самом общем плане ценностные ориентации можно определить как систему установок личности по отношению к тем ценностям, которые сложились в обществе [12]. Многие исследователи сходятся во мнении, что ценностные ориентации являются важными элементами структуры личности. Особый интерес представляет подход к пониманию ценностных ориентаций М. Рокича. Ученый разделил все ценностные ориентации на терминальные (личные убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться) и инструментальные (убеждения в том, что какой-то образ действий является с личной и общественной точек зрения

предпочтительным в любых ситуациях). Кроме того, М. Рокич описывал признаки ценностных ориентаций [2; 11].

Развитая система ценностных ориентаций – это признак зрелости личности, показатель меры ее социальности. Если совокупность ценностных ориентаций устойчива и внутренне непротиворечива, то можно говорить о сформированности личности, ее способности совершать волевые усилия во имя каких-то идеалов. Противоречивость же ценностных ориентаций порождает непоследовательность в поведении, является признаком инфантилизма.

Под эмоциональным выгоранием в настоящее время принято понимать состояние физического, эмоционального и умственного истощения, которое находит свои проявления в профессиональной деятельности специалиста социальной сферы [3]. Однако наше исследование опирается на работы В. В. Бойко, по мнению которого, эмоциональное выгорание – это механизм психологической защиты, заключающийся в полном или частичном исключении эмоций в ответ на травмирующие воздействия [1]. В. В. Бойко также обращает внимание на внешние и внутренние факторы, которые способствуют проявлению эмоционального выгорания. Поскольку на этапе эмпирического исследования нами используется опросник В. В. Бойко, важным представляется также разделение эмоционального выгорания на фазы (напряжения, резистенции и истощения). Каждая фаза, в свою очередь, характеризуется рядом симптомов.

В качестве инструмента для оценки ценностных ориентаций личности была выбрана методика «Ценностные ориентации» М. Рокича, которая позволяет оценить характер структуры и иерархии ценностных ориентаций личности, а также выделить содержательные группы ценностей. Для определения уровня эмоционального выгорания использована методика В. В. Бойко. Тест дает возможность определить как интегральный показатель степени эмоционального выгорания, так и показатели различных стадий и симптомов.

В совокупности обе методики помогают описать множество связей между различными аспектами ценностной сферы и синдрома эмоционального выгорания. Такой полный охват изучаемых явлений позволяет детально конкретизировать гипотезу, а также дает основания предполагать наличие некоторых закономерностей и особенностей взаимосвязи. Для математической обработки данных был выбран линейный коэффициент корреляции  $r$ -Пирсона. Выборка включала 31 сотрудника противопожарной службы МЧС в возрастном диапазоне от 22 до 48 лет.

В результате исследования было выявлено множество корреляционных связей. Прежде всего выяснилось, что синдром эмоционального выгорания у спасателей пожарно-спасательного отряда нельзя назвать полностью развитым, хотя отдельные симптомы уже сформировались или находятся на стадии формирования. В первую очередь обращают на себя внимание симптомы эмоционального дефицита, эмоциональной отстраненности и неадекватного избирательного эмоционального реагирования.

Симптом неадекватного избирательного эмоционального реагирования относится ко второй фазе – фазе резистенции. Он присущ 65 % испытуемых. В случае сформированности этого симптома профессионалу сложно понять, когда адекватная «экономия» эмоций переходит в принцип выборочного реагирования. Отношения с партнером по профессиональной деятельности строятся в зависимости от настроения сотрудника и его желания сопереживать эмоциям и состояниям партнера. Закономерным продолжением развития этого симптома является появление следующего симптома – эмоционально-нравственной дезориентации, которая характерна для 23 % испытуемых. Человеку с этим симптомом свойственно оправдывать свою позицию относительно неадекватного ограничения эмоционального реагирования.

Также у многих сотрудников противопожарной службы МЧС проявляются симптомы эмоционального дефицита (у 71 % испытуемых) и эмоциональной отстраненности (у 61 % испытуемых). Эти симптомы формируются на третьей фазе – фазе истощения – и могут развиваться как последовательно, так и параллельно. Если при дефиците эмоций человек полагает, что уже не способен к эмоциональному реагированию и, как следствие, не пытается войти в положение партнера по общению, то при эмоциональной отстраненности профессионал уже действительно не в состоянии эмоционально реагировать на просьбы и нужды партнера. В таком случае сотрудника уже ничего не трогает и ничто не способно вызвать эмоциональный отклик.

Однако надо отметить, что перечисленные симптомы относятся в основном к сфере профессиональных взаимоотношений и редко находят свои проявления в личности испытуемого. Они не отражаются в виде депрессии или соматических расстройств, а также не переносятся на сферу общения вне работы: вероятно, дома и с товарищами спасатели отряда живут полноценной эмоциональной жизнью.

Все это можно объяснить спецификой деятельности испытуемых: напряженность, дестабилизирующая организация, повышенная ответственность, неблагоприятная психологическая атмосфера, психологически трудный контингент. Также, возможно, некоторые испытуемые имеют личную предрасположенность к формированию синдрома эмоционального выгорания (склонность к эмоциональной ригидности, слишком интенсивное переживание обстоятельств профессиональной деятельности, слабая мотивация эмоциональной отдачи, нравственные дефекты, дезориентация личности) [1].

Следует указать, что наиболее высокое место в иерархии терминальных ценностей испытуемые отводят ценностям здоровья, счастливой семейной жизни, любви, наличию хороших друзей, активной жизни. Наименее значимы такие ценности, как творчество, красота природы и искусства, счастье других людей, общественное признание, удовольствие. На основании этого можно заключить, что испытуемые, скорее всего, живут настоящим, предпочитают ценить то, что приближено к реальной жизни с ее актуальными потребностями. Это подтверждает объединение ценностей в группы: в группе конкретных ценностей ранги ценностных ориентаций значительно выше, чем в группе абстрактных ценностей (табл. 1).

Говоря о группах терминальных ценностей, отметим также, что сотрудникам пожарно-спасательного отряда больше присущи ориентации на личную жизнь, нежели на профессиональную самореализацию.

В группе инструментальных ценностей наиболее значимыми являются воспитанность, аккуратность, честность, жизнерадостность и ответственность. Ценности с наименьшим рангом: непримиримость к недостаткам в себе и других, высокие запросы, независимость, широта взглядов. В случае инструментальных ценностей не прослеживается таких четких тенденций и закономерностей. Однако менее значимыми оказались ориентации группы этических ценностей (ответственность, высокие запросы, независимость, самоконтроль, широта взглядов).

Таблица 1

Группы терминальных ценностей: конкретные и абстрактные ценности

Конкретные ценности	Место в жизни	Абстрактные ценности	Место в жизни
Активная деятельная жизнь	6,90	Жизненная мудрость	8,29
Здоровье	2,00	Красота природы и искусства	13,45
Интересная работа	8,32	Любовь	5,90
Материально обеспеченная жизнь	7,39	Познание	11,32
Наличие хороших и верных друзей	6,77	Развитие	10,52
Общественное признание	13,10	Свобода	11,13
Продуктивная жизнь	10,58	Счастье других	13,32
Счастливая семейная жизнь	5,58	Творчество	14,74
Удовольствия	12,00	Уверенность в себе	8,94
Среднее значение в группе ценностей	8,07	Среднее значение в группе ценностей	10,85

Обнаружилось большое число взаимосвязей. Так, ценностями, вокруг которых сконцентрировалось больше всего связей, являются ценности материально обеспеченной жизни и образованности (рис. 1), при этом чем более выражен синдром эмоционального выгорания, тем ниже ранг указанных ценностей. То есть испытуемые, у которых высок показатель эмоционального выгорания, не ценят широту знаний и высокий культурный уровень, образованность для них не является значимой ценностью, кроме того, их не волнуют материальные проблемы. Возможно, когда человек испытывает трудности с переживанием эмоций, ощущает бесполезность своей профессиональной деятельности, эти ценности отходят на второй план, поскольку кажутся бесполезными в условиях сложившейся жизненной ситуации.

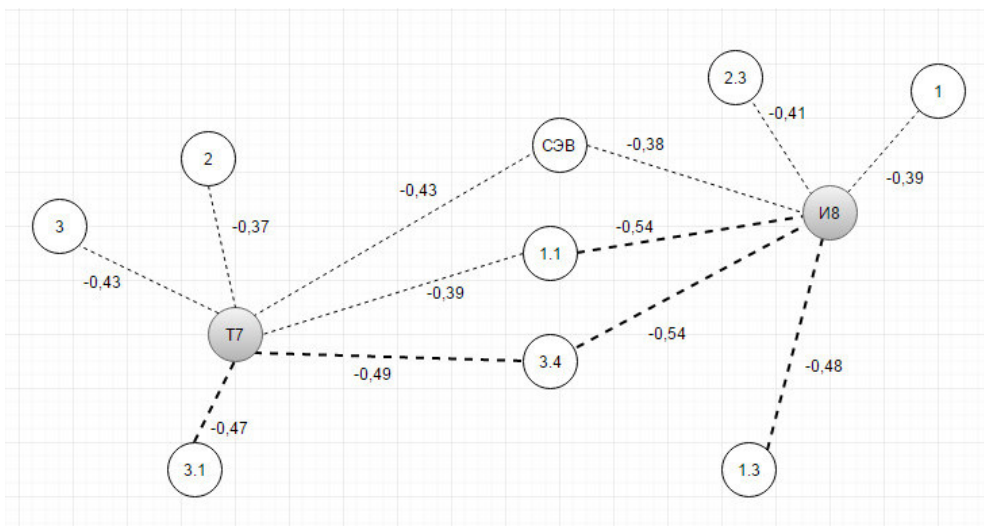


Рис. 1. Корреляционные связи между ценностями материально обеспеченной жизни и образованности и эмоциональным выгоранием (его фазами и симптомами)

Условные обозначения:

- ..... статистически значимая отрицательная связь (уровень значимости 0,05);
- статистически значимая отрицательная связь (уровень значимости 0,01).

Параметры изучаемых явлений. Параметры выгорания: СЭВ – синдром эмоционального выгорания, 1 – фаза напряжения, 1.1 – переживание психотравмирующих обстоятельств, 1.3 – симптом загнанности в клетку; 2 – фаза резистенции, 2.3 – расширение сферы экономики эмоций; 3 – фаза истощения, 3.1 – эмоциональный дефицит, 3.4 – психосоматические и психовегетативные нарушения.

Ценности: Т7 – материально обеспеченная жизнь, И8 – образованность

Множество связей обнаружилось между ценностными ориентациями и показателями конкретных стадий. Так, симптомы фазы напряжения отрицательно коррелируют с такими ценностями, как любовь, развитие, аккуратность, образованность, материально обеспеченная жизнь, и положительно с ценностями твердой воли, свободы (рис. 2).

Говоря об этой фазе, особо отметим положительную связь между симптомом неудовлетворенности собой и группой этических ценностей. Эта группа включает в себя ответственность, высокие запросы, независимость, самоконтроль, широту взглядов, поэтому кажется закономерным, что если профессионал не доволен собой и своей работой, то эти ценности представляются весьма значимыми, поскольку олицетворяют собой ценности свободного, удовлетворенного своей деятельностью человека.

С симптомами фазы резистенции отрицательно связаны ценности любви, активной деятельной жизни, образованности, общественного признания, жизненной мудрости, материально обеспеченной жизни, рационализма (рис. 3). Положительные связи обнаружены в отношении ценностей самоконтроля, жизнерадостности, творчества и уверенности в себе.

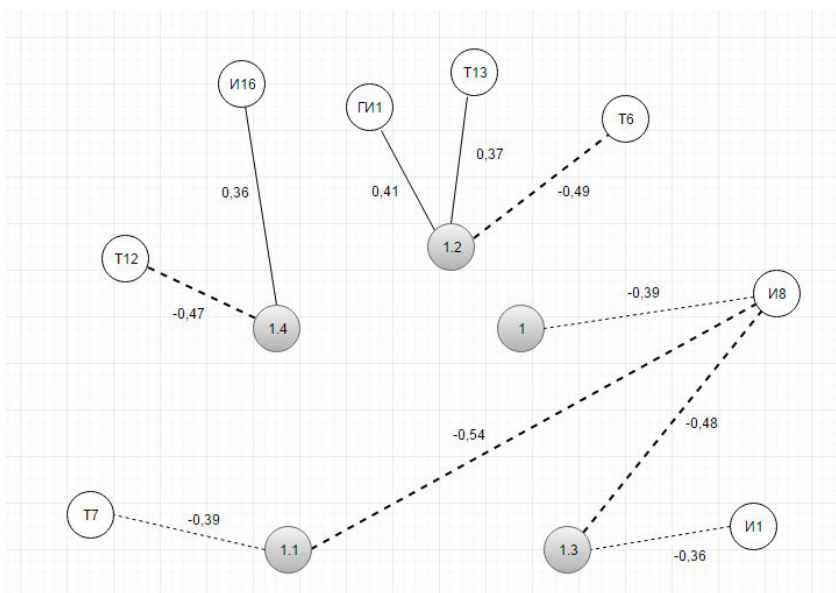


Рис. 2. Корреляционные связи между фазой напряжения (и ее симптомами) и ценностными ориентациями.

Условные обозначения:

- статистически значимая положительная связь (уровень значимости 0,05);
- ..... статистически значимая отрицательная связь (уровень значимости 0,05);
- - - статистически значимая отрицательная связь (уровень значимости 0,01).

Параметры изучаемых явлений. Параметры выгорания: 1 – фаза напряжения, 1.1 – переживание психотравмирующих обстоятельств, 1.2 – неудовлетворенность собой, 1.3 – загнонность в клетку, 1.4 – тревога и депрессия.

Ценности: Т6 – любовь, Т7 – материально обеспеченная жизнь, Т12 – развитие, Т13 – свобода, И1 – аккуратность, И8 – образованность, И16 – твердая воля, GI1 – группа этических ценностей

Симптом редукции профессиональных обязанностей положительно коррелирует с такими ценностями, как жизнерадостность и творчество, отрицательно – с ценностями жизненной мудрости и общественного признания. Вероятно, при стремлении упростить обязанности, связанные с эмоциональными затратами, возрастает ценность таких абстрактных понятий, как жизнерадостность и творчество, поскольку испытуемым ощущается недостаток оптимизма, какой-то радости в жизни, возможности самореализоваться в творчестве.

Со многими ценностями связаны фаза истощения и симптомы этой фазы (рис. 4). Так, привлекает внимание связь с группой ценностей дела, в частности с ценностью аккуратности.

Отрицательная связь выгорания с этими ценностями может объясняться обесцениванием тех ориентаций, которые характеризуют специфику работы. Можно предположить и обратное – люди, не придающие значения ценностям дела, возможно, менее подходят для службы и, как следствие, больше подвержены возникновению синдрома эмоционального выгорания.

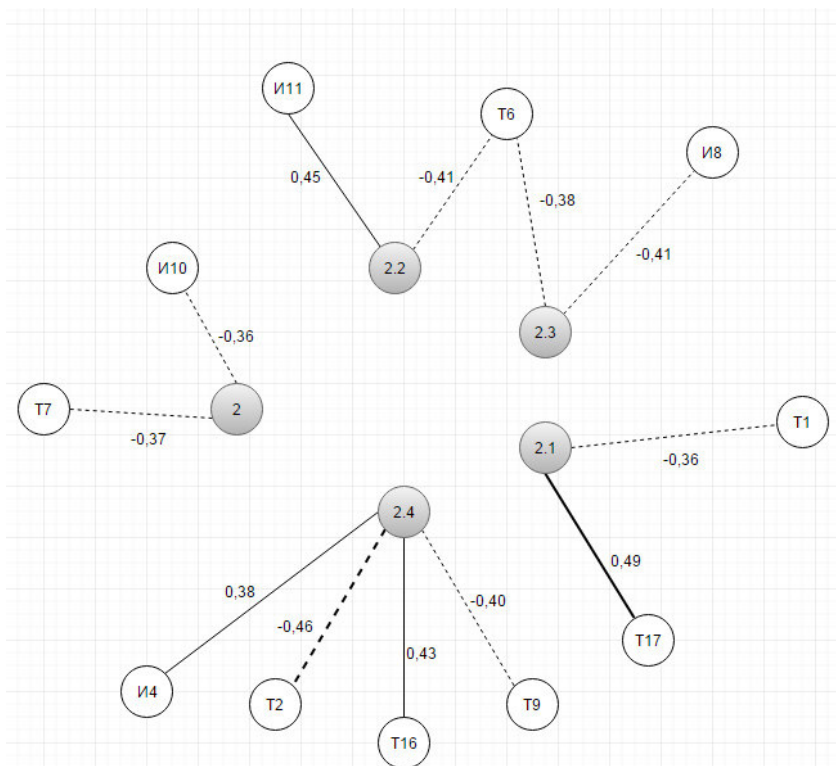


Рис. 3. Корреляционные связи между фазой резистенции (и ее симптомами) и ценностными ориентациями.

Условные обозначения:

- статистически значимая положительная связь (уровень значимости 0,05);
- статистически значимая положительная связь (уровень значимости 0,01);
- ..... статистически значимая отрицательная связь (уровень значимости 0,05);
- - - статистически значимая отрицательная связь (уровень значимости 0,01).

Параметры изучаемых явлений. Параметры выгорания: 2 – фаза резистенции, 2.1 – неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, 2.2 – эмоционально-нравственная дезориентация, 2.3 – расширение сферы экономики эмоций, 2.4 – редукция профессиональных обязанностей.

Ценности: Т1 – активная деятельная жизнь, Т2 – жизненная мудрость, Т6 – любовь, Т7 – материально обеспеченная жизнь, Т9 – общественное признание, Т16 – творчество, Т17 – уверенность в себе, И4 – жизнелюбие, И8 – образованность, И10 – рационализм, И11 – самоконтроль

Обращает на себя внимание следующая закономерность: фаза истощения положительно коррелирует с группой этических ценностей, но отрицательно – с группой ценностей дела, то есть испытываемыми ценятся те качества, которыми должен в идеале обладать сотрудник МЧС. При этом обесцениваются те практические качества, которые способствуют более эффективному исполнению профессиональных обязанностей.



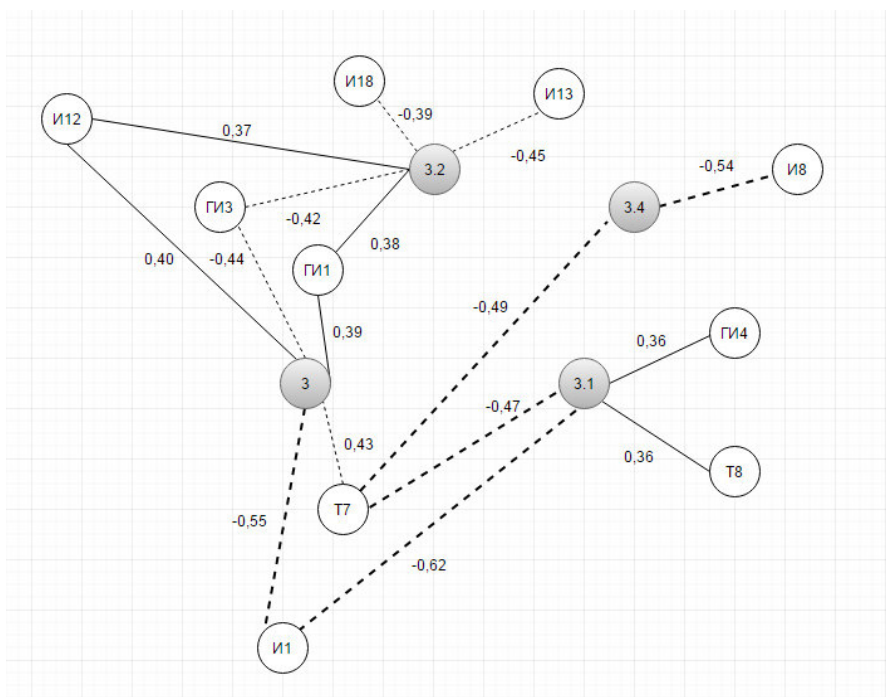


Рис. 4. Корреляционные связи между фазой истощения (и ее симптомами) и ценностными ориентациями.

Условные обозначения:

- статистически значимая положительная связь (уровень значимости 0,05);
- ..... статистически значимая отрицательная связь (уровень значимости 0,05);
- - - статистически значимая отрицательная связь (уровень значимости 0,01).

Параметры изучаемых явлений. Параметры выгорания: 3 – фаза истощения, 3.1 – эмоциональный дефицит, 3.2 – эмоциональная отстраненность, 3.4 – психосоматические и психовегетативные нарушения.

Ценности: Т7 – материально обеспеченная жизнь, Т8 – наличие хороших и верных друзей; И1 – аккуратность, И8 – образованность, И12 – смелость в отстаивании своего мнения, И13 – чуткость, И18 – эффективность в делах, ГИ1 – группа этических ценностей, ГИ3 – группа ценностей дела, ГИ4 – группа индивидуалистических ценностей.

Существует также положительная связь симптомов эмоционального дефицита с ценностью наличия хороших и верных друзей, а также группой индивидуалистических ценностей. Это сочетание неспособности найти в себе эмоциональный отклик на проблемы партнера с потребностью иметь верных друзей кажется не совсем обычным. Возможно, что эти ценности приобретают значимость в связи со стремлением справиться с проблемами, опираясь на ресурсы общения и собственной личности.

Таким образом, в ходе исследования выявлено множество корреляционных связей, которые подтверждают как общую гипотезу исследования, так и частные гипотезы. Кроме того, обнаружено множество других закономерностей и целых групп связей, которые могут служить основой для разработки практических рекомендаций и поиска оптимальных путей коррекции деформаций ценностных ориентаций спасателей противопожарной службы МЧС.

## Список литературы

1. *Бойко В. В.* Энергия эмоций: [Эмоции в общении, эмоции в проявлениях личности, созидаящая и разрушающая сила эмоций, методики для изучения эмоций] / В. В. Бойко. – СПб. : Питер, 2004. – 473 с.
2. *Буравлева Н. А.* Ценностные ориентации студентов / Н. А. Буравлева // Вестн. Том. гос. пед. ун-та. – 2011. – № 6 (108). – С. 124–129.
3. *Водопьянова Н. Е.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
4. *Каширский Д. В.* Ценностно-смысловая сфера личности и синдром эмоционального выгорания сотрудников спасательного отряда МЧС / Д. В. Каширский, А. Н. Овчинникова, Н. В. Сабельникова // Вестн. Костром. гос. ун-та им. Н. А. Некрасова. – 2012. – Т. 18, № 3. – С. 131–134.
5. *Малышев И. В.* Взаимосвязь синдрома эмоционального выгорания и социально-психологических характеристик личности в экстремальных условиях профессиональной социализации : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / И. В. Малышев. – Саратов, 2009. – 29 с.
6. *Мушастая Н. В.* Эмоциональное выгорание как фактор деформации ценностно-смысловой сферы личности в условиях экстремальных ситуаций : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Н. В. Мушастая. – Ростов н/Д, 2007. – 21 с.
7. *Нежкина Л. Ю.* Личностные и деловые качества сотрудников органов внутренних дел как факторы профессиональной адаптации / Л. Ю. Нежкина, И. В. Ярославцева // Вестн. Санкт-Петерб. ун-та МВД России. – 2016. – № 3 (71). – С. 200–205.
8. *Ожогова Е. Г.* Взаимосвязь синдрома «психического выгорания» и особенностей ценностно-смысловой сферы у педагогов общеобразовательных школ : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Е. Г. Ожогова. – Саратов, 2008. – 26 с.
9. *Сунгаева А. С.* Психологическое консультирование педагогов детских домов с синдромом эмоционального выгорания / А. С. Сунгаева, И. В. Ярославцева // Проблемы теории и практики современной психологии : сб. ст. XIV Всерос. (с международ. участием) науч.-практ. конф. – 2015. – С. 673–675.
10. *Сурженко Л. В.* Ценности личности как фактор формирования синдрома психического выгорания у преподавателей высшей школы [Электронный ресурс] / Л. В. Сурженко, В. А. Луговский // Политемат. сетев. электрон. науч. журн. Кубан. гос. аграр. ун-та. – Краснодар : КубГАУ, 2013. – № 88. – URL: <http://ej.kubagro.ru/2013/04/pdf/44.pdf>.
11. *Сурженко Л. В.* Ценности личности: философский и психологический анализ понятия [Электронный ресурс] / Л. В. Сурженко // Политемат. сетев. электрон. науч. журн. Кубан. гос. аграр. ун-та. – Краснодар : КубГАУ, 2011. – № 65. – URL: <http://ej.kubagro.ru/2011/01/pdf/18.pdf>.
12. *Яницкий М. С.* Ценностные ориентации личности как динамическая система / М. С. Яницкий. – Кемерово : Кузбассвуиздат, 2000. – 204 с.

## **Empirical Research of the Interrelation of Value System and Burnout of the EMERCOM Firefighting Service Officers**

A. V. Marker, E. V. Karsakova

*Irkutsk State University, Irkutsk*

**Abstract.** The results of the study of interrelation of burnout and value system of the EMERCOM Firefighting Service officers are analyzed. Stages of burnout developing are characterized; correlative relationship between system of values and each stage of burnout is described; some attention is also given to the impact of burnout upon a personality. The results of the study reveal positive relation between discomfort with him- or herself and system of ethical values, with most number of relations being related to values of comfortable living and education. Explaining the pattern revealed, the authors emphasize the importance of the results for developing practical recommendations and modifying distortion of value system of the EMERCOM Firefighting Service officers.

**Keywords:** value system, burnout of the EMERCOM officers.

*Маркер Анна Викторовна  
кандидат психологических наук, доцент  
кафедра социальной, экстремальной  
и пенитенциарной психологии  
Иркутский государственный университет  
664003, г. Иркутск, ул. К. Маркса, 1  
e-mail: annamarker@mail.ru*

*Marker Anna Victorovna  
Candidate of Sciences (Psychology),  
Associate Professor, Department of Social  
Extreme and Penitentiary Psychology  
Irkutsk State University  
1, K. Marx st., Irkutsk, 664003  
e-mail: annamarker@mail.ru*

*Карсакова Елена Валерьевна  
магистрант, факультет психологии  
Иркутский государственный университет  
664003, г. Иркутск, ул. К. Маркса, 1  
e-mail: ekars@icloud.com*

*Karsakova Elena Valerievna  
Master's Degree Student,  
Faculty of Psychology  
Irkutsk State University  
1, K. Marx st., Irkutsk, 664003  
e-mail: ekars@icloud.com*