

Особенности эмоционального выгорания у офицеров силовых структур с различным сроком службы

Байтимова А.А.

Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3487-7815>, e-mail: andtria@list.ru

Коноплева И.Н.

Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8540-8667>, e-mail: konopleva.i.n@gmail.com

Работа посвящена проблеме синдрома «эмоционального выгорания» у офицеров силовых структур. В исследовании изучаются такие показатели, как нервно-психическая устойчивость и волевая регуляция поведения, играющие роль в формировании данного синдрома и влияющие на успешность выполнения личным составом поставленных боевых задач. Определены основные направления в изучении особенностей личности у офицеров силовых структур, имеющих различный срок службы. В исследовании принимали участие сотрудники МО РФ, средний возраст испытуемых составил 38 лет. Приведены результаты проведенного эмпирического исследования, направленного на поиск связей между показателями нервно-психической устойчивости, волевой регуляции поведения и эмоциональным выгоранием. Подтверждено, что уровень эмоционального выгорания военнослужащего на любом сроке службы зависит от нервно-психической устойчивости и волевой регуляции поведения. Результаты проведенного исследования могут служить основанием для составления программ профилактической и психокоррекционной работы с офицерами силовых структур.

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания, военнослужащие, нервно-психическая устойчивость, волевая саморегуляция.

Для цитаты: Байтимова А.А., Коноплева И.Н. Особенности эмоционального выгорания у офицеров силовых структур с различным сроком службы [Электронный ресурс] // Психология и право. 2020. Том 10. № 4. С. 1–16. DOI:10.17759/psylaw.2020100401

Specifics of Emotional Burnout in Power Structures Officers with Various Times of Service

Anna A. Baytimirova

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0777-1111>, e-mail: andtria@list.ru

Inga N. Konopleva

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8540-8667>, e-mail: konopleva.i.n@gmail.com

This work focuses on the problem of burnout syndrome in officers of power structures. The following parameters are studied in the research: emotional and mental stability and volitional behavior control. These play a role in the creation of the syndrome and influence the success of combat missions carried out by the military personnel. Key areas were identified in studying the personality characteristics of power structures officers with various times of service. Officers of the Ministry of Defense of the Russian Federation took part in the study. The average age of the test subjects was 38 years. The results of the empirical examination are presented. It was aimed to find how one's emotional and mental stability, volitional behavior control and emotional burnout correlate. We have confirmed that the burnout level of a military serviceman with any length of service depends on his/his emotional and mental stability and volitional behavior control. The findings of the study we performed can serve as foundation for preventive and psychological-interventional programming for power structures officers.

Keywords: burnout syndrome, military personnel, servicemen, emotional and mental stability, volitional self-control.

For citation: Baytimirova A.A., Konopleva I.N. Specifics of Emotional Burnout in Power Structures Officers with Various Times of Service. *Psikhologiya i pravo = Psychology and Law*, 2020. Vol. 10, no. 4, pp. 2–17. DOI:10.17759/psylaw.2020100401 (In Russ.).

Введение

Далеко не каждый человек, решивший связать свою жизнь со службой в силовых структурах, может это осуществить. К кандидатам на службу предъявляется внушительный перечень самых разнообразных требований. Помимо отличной физической подготовки, отсутствия медицинских противопоказаний и безупречной репутации будущий военнослужащий должен обладать определенными личностными качествами. Вступление на должность и становление полноценным представителем профессии военнослужащего представляется возможным только в том случае, если кандидату удалось пройти все ступени отбора. Однако если поставленная цель достигнута и желаемая должность получена, не стоит надеяться, что психологические испытания для личного состава остаются пройденным этапом. Контроль и, по необходимости, корректировка психологических качеств будут

сопровождать всех сотрудников силовых структур на протяжении служебной деятельности, и этому есть вполне оправданное объяснение.

Нередко происходит так, что ожидания сотрудника по поводу того, как будет проходить его трудовая деятельность, не оправдываются, а это может случиться как у молодого бойца, так и у человека, работающего в системе достаточно долго. Происходит это зачастую по причине того, что профессия военнослужащего нередко бывает нестабильной, а быстрой и простой процедуры разрыва контракта, как в гражданских организациях, фактически не существует. И тогда, при сложившихся неблагоприятных условиях работы для индивида, начинается процесс изменения его личностных качеств. В таких случаях при проведении психологической диагностики могут отмечаться низкие показатели нервно-психической устойчивости и волевой регуляции поведения, а также высокие показатели эмоционального выгорания сотрудника. Данные преобразования, в свою очередь, будут обязательно отражаться на всей деятельности сотрудника и снижать эффективность выполненной работы, приводить к отклоняющимся формам поведения, а в ряде случаев и к правонарушениям, что недопустимо в данной профессии. Стоит отметить, что несоответствующие требованиям деятельности личностные качества при своевременном выявлении подвластны коррекции, что является благоприятным, как для самого сотрудника, так и для ведомства, в котором человек осуществляет свою профессиональную деятельность.

Актуальность нашего исследования обусловлена высокими показателями уровня эмоционального выгорания среди сотрудников силовых структур и необходимостью выяснения возможных причин, способствующих этому.

Синдромом эмоционального выгорания занималось значительное число отечественных и зарубежных ученых, среди них можно выделить В.В. Бойко, К. Маслач, С. Джексон, Н.Е. Водопьянова, В.И. Ковальчук, Е.С. Старченкова, М. Буриш, Д. Дирендок, Дж. Гринберга, Р.Т. Голембиевски и Р.Ф. Мунзендиера и многих других [2; 13; 15]. Значительное число работ посвящено проблеме эмоционального выгорания работников опасных профессий [3; 8; 9; 11]

Первое упоминание понятия эмоционального выгорания появилось в 1974 г. в Америке благодаря психиатрам Г. Фрейндбергу и С. Гинзбургу. Определялся термин как *burnout* — «сгорел на работе». Необходимость понятия заключалась в определении состояния людей, не имеющих проблем с психическим здоровьем и находящихся в тесном постоянном контакте с другими людьми с большой эмоциональной отдачей по причине требований их профессии, т. е. работающих в системе «человек—человек». К таким профессиям можно отнести, например, профессии врачей, психологов, учителей, юристов и многие другие. Авторы под эмоциональным выгоранием понимали ощущение изнеможения и истощения, граничащее с осознанием своей бесполезности и беспомощности, которое сопровождало профессиональную деятельность человека [21; 22].

Выгорание — это масштаб измерения разрыва между возможностями человека и требованиями, которые к нему предъявляются на работе. Происходит переоценка собственных сил, возможностей, достоинства, духа и воли, т. е. изнашивание души человека. Это болезнь, которая на протяжении длительного времени распространяется постепенно и равномерно, затягивая человека в заколдованный круг, из которого трудно выскользнуть, в безвыходное положение. На сегодняшний день исследователи выделяют несколько подходов

к пониманию и проявлению данного феномена.

Первый подход утверждает, что синдром эмоционального выгорания и синдром хронической усталости — это тождественные понятия [1; 21]. Признаками являются такие симптомы, как истощение со стороны психических, физических и, в первую очередь, эмоциональных процессов. Происходит это в связи с нахождением большого количества времени в ситуации эмоциональной перегруженности, непосредственно связанной с общением между людьми в профессиональной сфере.

Представители второго подхода придерживаются мнения, что эмоциональное выгорание — процесс не односложный, а состоит из двух составляющих, моделей. Первая модель рассматривается так же, как и в предыдущем подходе, в виде эмоционального истощения, вызванного особенностями деятельности. Вторая же определяется деперсонализацией. Под деперсонализацией подразумевается обезличивание других людей в рамках их эмоций и чувств, снижение положительного отношения к окружающим, в некоторых случаях и к себе [12].

Представители третьего подхода, исследователи синдрома эмоционального выгорания К. Маслач и С. Джексон утверждают, что данный феномен шире вышеописанных подходов и представляет не двухмерную модель, а трехступенчатую структуру, компонентами которой являются следующие явления:

- эмоциональное истощение;
- деперсонализация;
- редукция собственных личностных достижений [23; 24]

Свидетельствовать об эмоциональном истощении могут такие признаки, как пониженный эмоциональный фон; безразличие к рабочим процессам; раздражение от поручений руководства и просьб коллег, находящихся в рамках должностных обязанностей; отсутствие стойкого интереса и мотивации по отношению к действиям, которые раньше приносили удовольствие во время рабочего процесса.

Деперсонализация проявляется в изменении взаимоотношений с другими людьми, что не отмечалось ранее, в особенности по отношению к тем людям, которые являются клиентами. Происходит обезличивание людей, например, как пациентов, возможны проявления стереотипности реакций на проблемы. Проявляется как формальный и однотипный подход более поверхностное рассмотрение ситуации. Присутствует высокий уровень раздражительности, который удается скрывать на первых этапах, но затем это становится сложнее и гнев выходит наружу, что приводит к конфликтным взаимоотношениям. Как вариант, деперсонализация может выражаться в чрезмерной зависимости от других.

Редукция собственных личностных достижений проявляется в обесценивании своих успехов, носящих необъективный характер, в личностных запретах. В первую очередь это нежелание брать на себя ответственность и стремление переложить с себя ответственность в профессионально важных вопросах, относящихся к собственной компетенции, на других людей [24].

Вопрос возникновения и развития синдрома эмоционального выгорания у сотрудников силовых структур, по данным статистики, довольно распространенное явление [5; 6; 10; 14; 18]. Объяснений этому феномену несколько.

Во-первых, нередко отношение офицеров силовых структур к психологам, работающим в подразделениях, да и ко всей психологической службе в целом, носит формальный характер. Данная тенденция приводит к тому, что в случае возникновения проблем, как личного, так и профессионального характера, офицеры не стремятся к проработке данных вопросов с психологом, что свою очередь приводит к накоплению неразрешенных негативных моментов и развитию синдрома эмоционального выгорания.

Второй, не менее важной, причиной, является факт сильного физического и эмоционального перенапряжения у людей, работающих в силовых структурах. Вся система силовых структур имеет определенную специфику, начиная от необходимости ношения и применения табельного оружия и заканчивая тем, что при определенной боевой задаче офицеру придется рисковать самым ценным, что он имеет, а именно жизнью. Помимо профессиональных моментов, отрицательное воздействие может поступать со стороны руководства, коллег-сослуживцев; да и не принимать личную жизнь во внимание будет, как минимум, неправильно. В связи с этим необходимо учитывать тот факт, что переход на новые стадии и развитие синдрома эмоционального выгорания у личного состава силовых структур может происходить гораздо быстрее, чем у людей, связавших свою жизнь с иным направлением деятельности.

Третьей причиной можно обозначить неудовлетворенность ожиданиями от выбранной профессии или непосредственного места службы (воинской части), а также невозможность быстрой смены или направления по причине того, что контракт, который заключается с военнослужащим в начале или при продлении службы, имеет срок в несколько лет, а разорвать его гораздо сложнее, чем в любых гражданских организациях [16].

Для того чтобы не упустить тонкую грань между началом и серьезным развитием синдрома эмоционального выгорания, что в конечном итоге может привести к серьезным последствиям, существует необходимость проведения ряда психологических мероприятий, способствующих предотвращению ухудшения состояния личного состава и возникновения неблагоприятных для службы последствий.

- Мониторинг личного состава на наличие синдрома и выраженности эмоционального выгорания.
- Беседы с руководством о необходимости нормирования рабочего дня и последствий невыполнения данного условия.
- Индивидуальные консультации с личным составом с целью разъяснения им важности самоконтроля собственного эмоционального и физического напряжения. Обучение методам расслабления и саморегуляции.
- Групповое информирование сотрудников силовых структур и их семей с целью ознакомления с симптомами эмоционального выгорания и дальнейшими действиями при их обнаружении.
- Повышение статуса психологической службы в военных структурах, разъяснение вопросов, с решением которых может помочь психолог.
- Организация системы поощрений.
- Проведение тренингов на сплочение, доверительное отношение и освоение способов снятия психического напряжения.

Также необходимо отметить, что при соблюдении своевременного контроля и ряда несложных правил можно не допустить дальнейшего развития синдрома эмоционального выгорания [19].

С целью анализа взаимосвязи личностных особенностей военнослужащих различного срока службы с эмоциональным выгоранием, нами проведено эмпирическое исследование. Предметом исследования явились нервно-психическая устойчивость, волевая регуляция поведения и эмоциональное выгорание офицеров силовых структур.

Выборку данного исследования составили офицеры воинских частей Министерства обороны Российской Федерации в количестве 60 человек с разным сроком службы — 20 офицеров, которые служат от 1 до 5 лет, 20 офицеров, служащих в части от 6 до 10 лет и 20 офицеров, служащих в данных частях более 11 лет. В исследовании принимали участие респонденты мужского пола. Средний возраст испытуемых составил 38 лет.

Методы

В нашем исследовании были использованы следующие методики, позволившие получить данные по изучаемым феноменам.

1. Авторская анкета, нацеленная на сбор социодемографических данных респондентов.
2. Анкета В.Ю. Рыбникова «Прогноз-2». С ее помощью возможно установить уровень нервно-психической устойчивости у офицера силовых структур [17; 20].
3. Тест-опросник А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана «Исследование волевой саморегуляции», позволяющий определить уровень развития волевой регуляции поведения у испытуемых [7].
4. Опросник МВІ, позволяющий определить наличие и уровень имеющегося эмоционального выгорания у респондента. Авторы методики — американские психологи К. Маслач и С. Джексон, адаптирован Н.Е. Водопьяновой [4].

Часть методик обработана с помощью Автоматизированного рабочего места военного психолога. Для статистической обработки данных использована программа IBM SPSS Statistics 25, русскоязычная версия.

Результаты

В результате проведенного исследования нами получены данные, свидетельствующие о том, что у военнослужащих, прослуживших более 6 лет уровень нервно-психической устойчивости (НПУ) находится на среднем и выше среднего уровне (рис. 1), в отличие от военнослужащих первых пяти лет службы, среди которых выявлены низкие значения НПУ (различия значимы на уровне $p \leq 0,05$).

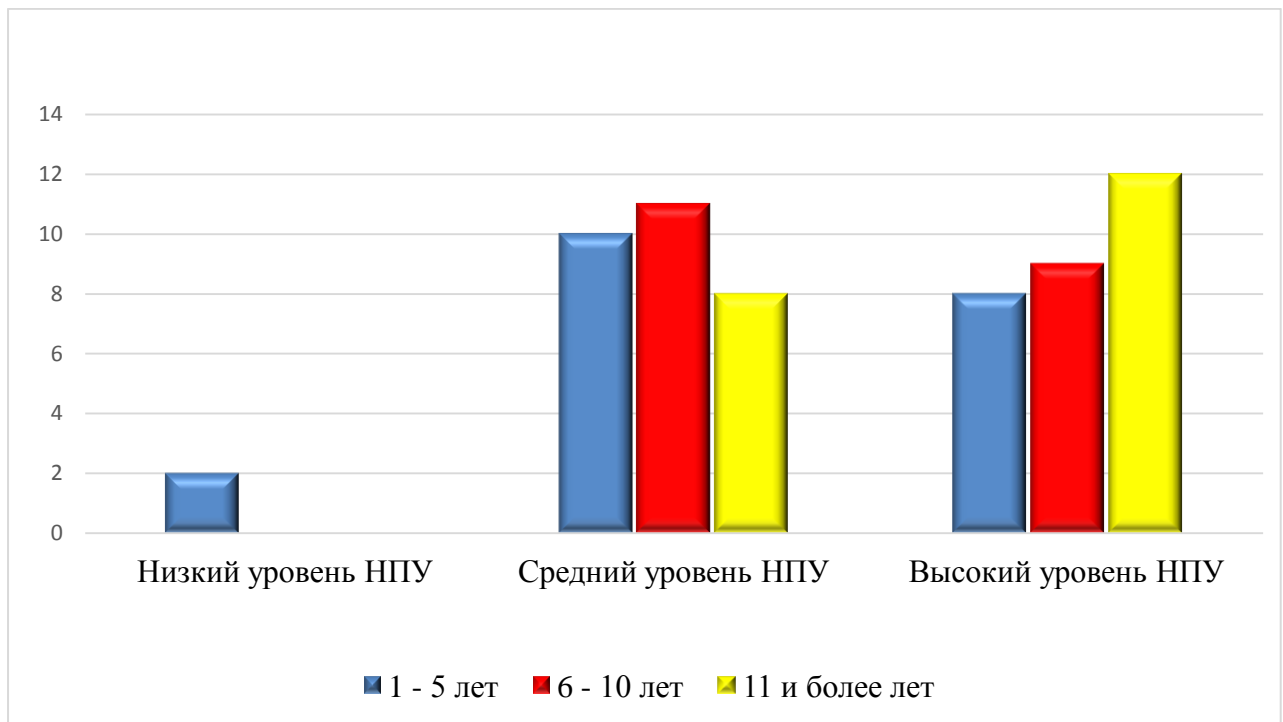


Рис.1. Выраженность НПУ у офицеров в зависимости от срока службы

Низким уровнем НПУ обладают 2 респондента (10%) из первой выборки, средний уровень — у 10 человек (50%), высокий уровень — у 8 человек (40%). Во 2-й группе военнослужащих (от 6 до 10 лет) низкий уровень НПУ не выявлен, средний уровень диагностирован у 11 человек (55%), высокий у 9 респондентов (45%).

В 3-й группе (11 лет и больше) низкий уровень также не выявлен, средний выявлен у 8 испытуемых (40%), высокий у 12 человек (60%).

При анализе особенностей волевой саморегуляции (ВСК) военнослужащих получены данные, свидетельствующие о значимо выраженных особенностях ВСК у офицеров до 11 лет службы и снижении показателей после 11 лет службы (различия значимы на уровне $p \leq 0,05$). Наглядно данные представлены на рис. 2.

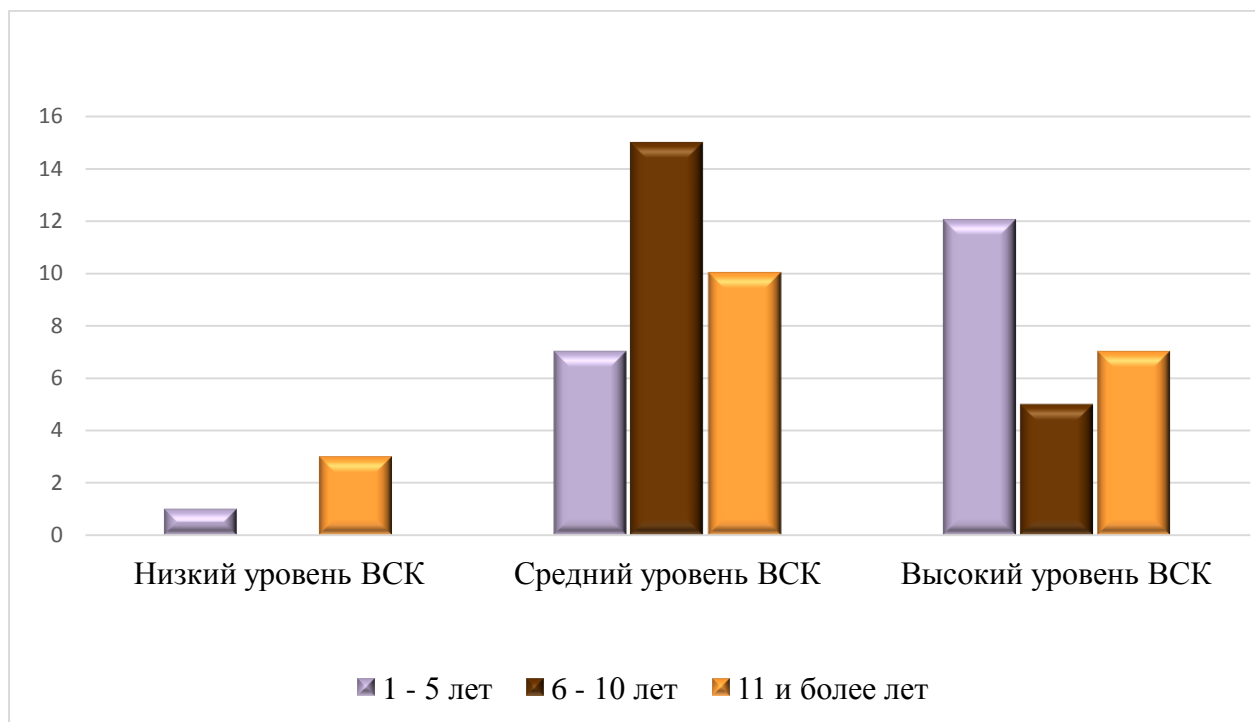


Рис. 2. Особенности волевой саморегуляции у офицеров разного срока службы

Офицеров силовых структур, имеющих низкий уровень волевой саморегуляции, во второй группе (от 6 до 10 лет) не выявлено. Однако есть один человек из первой группы (от 1 до 5 лет), что составляет 5% от данной выборки, и 3 человека из группы сроком службы более 11 лет, что составляет 15% от данной выборки.

Средний уровень ВСК выявлен у 7 человек из первой группы (35%), 15 человек из второй группы (от 6 до 10 лет), что составляет 75%, и 10 респондентов третьей группы (50%).

Высокий уровень волевой регуляции отмечается у 12 респондентов первой группы (60%), 5 участников (25%) второй группы, и 7 участников из группы сроком службы более 11 лет (35%).

Далее мы исследовали особенности синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) у сотрудников с разным сроком службы и выяснили, что у сотрудников со сроком службы от 5 до 10 лет они наиболее выражены (рис. 3). Как и прогнозировалось, наименее выражено выгорание в группе сотрудников от 1 года до 5 лет. У респондентов, работающих более 11 лет, показатели выгорания находятся, скорее, на низком и среднем уровне, лишь у небольшой части респондентов этой группы выявлен высокий уровень проявления эмоционального выгорания (различия значимы на уровне $p \leq 0,05$).

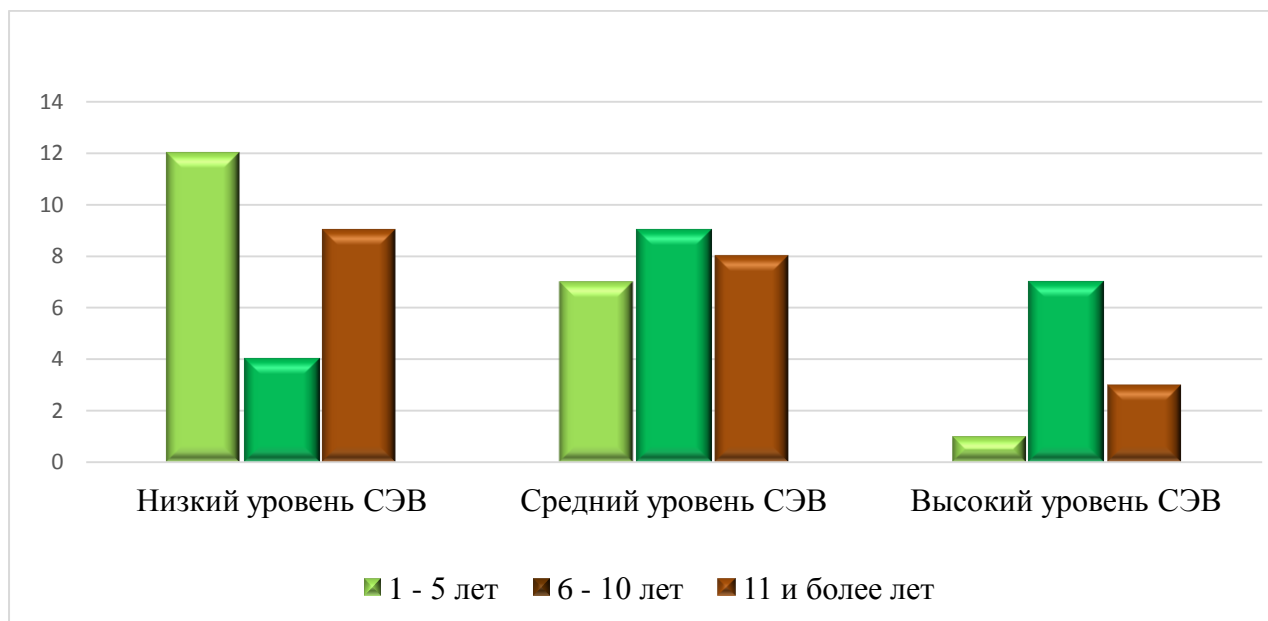


Рис. 3. Проявления эмоционального выгорания у офицеров разного срока службы

Низкий уровень СЭВ выявлен у 12 респондентов из первой группы (60%), у 4 респондентов второй группы (20%) и у 9 участников третьей группы (45%).

Средний уровень эмоционального выгорания отмечается у 7 участников первой группы (35%), у 9 респондентов второй группы (45%) и у 8 человек третьей группы (40%).

С высокими показателями уровня эмоционального выгорания выявлены один человек (5%) первой группы, 7 человек сроком службы от 6 до 10 лет (35%) и 3 человека третьей группы (15%).

Далее мы проанализировали взаимосвязь выраженности СЭВ с нервно-психической устойчивостью и волевой саморегуляцией в каждой группе испытуемых. Для данного анализа использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

При анализе особенностей личности 1-й группы, срок службы сотрудников которой составляет от 1 до 5 лет, отмечается прямая связь между высоким уровнем нервно-психической устойчивости и низким уровнем эмоционального выгорания (коэффициент корреляции — 0,85, при уровне значимости $p \leq 0,05$) (рис. 4). Полученный результат можно объяснить тем, что высокий уровень нервно-психической устойчивости является сильным сдерживающим фактором развития эмоционального выгорания.

Выявлена прямая связь (0,46; $p \leq 0,05$) между высоким уровнем нервно-психической устойчивости и средним уровнем волевой регуляции поведения. Этот факт можно объяснить тем, что в случае стабильного нервно-психического состояния волевая регуляция поведения также находится в стабильности.

Средний уровень нервно-психической устойчивости коррелирует со средним уровнем эмоционального выгорания. Прямая связь (0,573; $p \leq 0,05$) свидетельствует о том, что отличное от высоких показателей значение нервно-психической устойчивости влияет на уровень эмоционального выгорания.

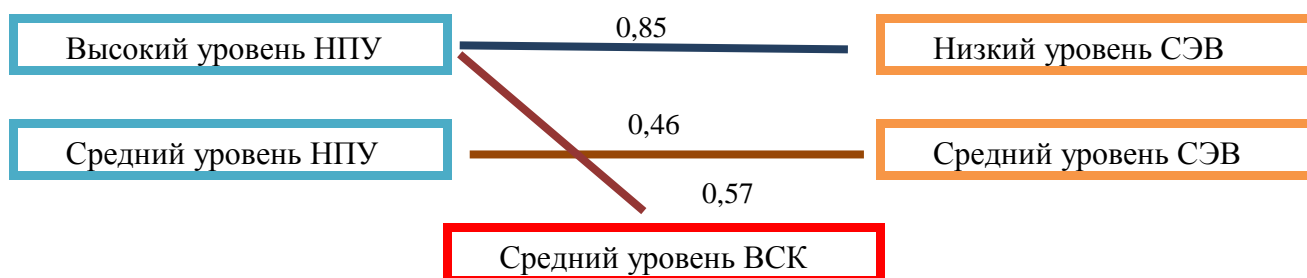


Рис. 4. Корреляционный анализ особенностей личности сотрудников 1-й группы (со сроком службы от 1 до 5 лет)

При корреляционном анализе особенностей личности 2-й группы, срок службы сотрудников которой составляет от 6 до 10 лет, были получены следующие результаты.

Высокий уровень нервно-психической устойчивости коррелирует с низким уровнем эмоционального выгорания (0,84; $p \leq 0,05$) — это может быть обусловлено тем, что высокий уровень нервно-психической устойчивости является сильным сдерживающим фактором развития эмоционального выгорания.

Также прямая связь наблюдается между показателями «Средний уровень нервно-психической устойчивости» и «Средний уровень волевой регуляции поведения» (0,57; $p \leq 0,05$). Здесь стоит обратить внимание на то, что в случае стабильного нервно-психического состояния волевая регуляция поведения также находится в стабильности.

Прямая связь отмечается между высоким уровнем нервно-психической устойчивости и низким уровнем эмоционального выгорания (0,84; $p \leq 0,05$). Это может свидетельствовать о том, что лица, обладающие нервно-психической устойчивостью, являются более приспособленными к сменяющимся или тяжелым условиям работы.

Приведенные связи отражены на рис. 5.

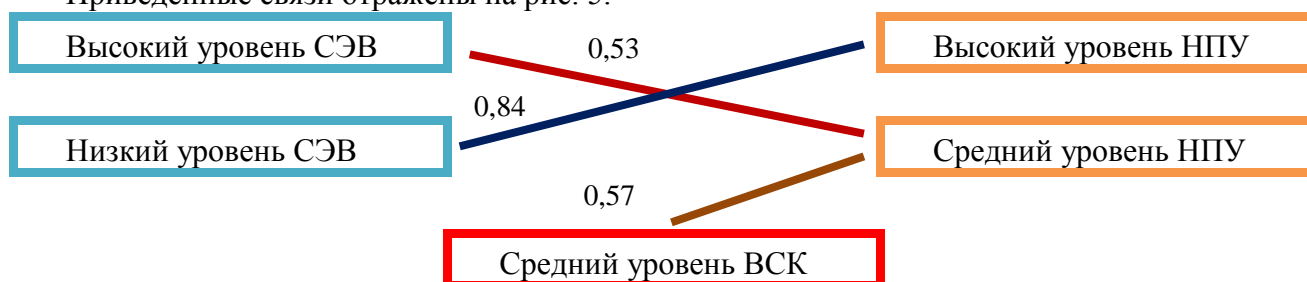


Рис. 5. Корреляционный анализ особенностей личности 2-й группы (со сроком службы от 6 до 10 лет)

При корреляционном анализе особенностей личности третьей группы, срок службы сотрудников которой составляет от 11 лет и более, были выявлены следующие статистически значимые взаимосвязи (рис. 6).

Выявлена прямая связь (0,67; $p \leq 0,05$) между высоким уровнем нервно психической устойчивости и низким уровнем эмоционального выгорания. Это говорит о том, что лица,

обладающие нервно-психической устойчивостью, являются более приспособленными к сменяющимся или тяжелым условиям работы.

Средний уровень нервно-психической устойчивости коррелирует со средним уровнем волевой регуляции поведения (0,57; $p \leq 0,05$) и средним уровнем эмоционального выгорания (0,79; $p \leq 0,05$). Наличие корреляции по данным показателям во всех выборках позволяет сделать вывод, что на протяжении всех профессиональных этапов нервно-психическая устойчивость оказывает влияние на волевую регуляцию поведения.

Между высоким уровнем нервно-психической устойчивости и средним уровнем волевой регуляции поведения отмечается прямая связь (0,65; $p \leq 0,05$). Полученные результаты можно принимать во внимание при работе с военнослужащими, которые нуждаются в развитии волевой регуляции поведения.

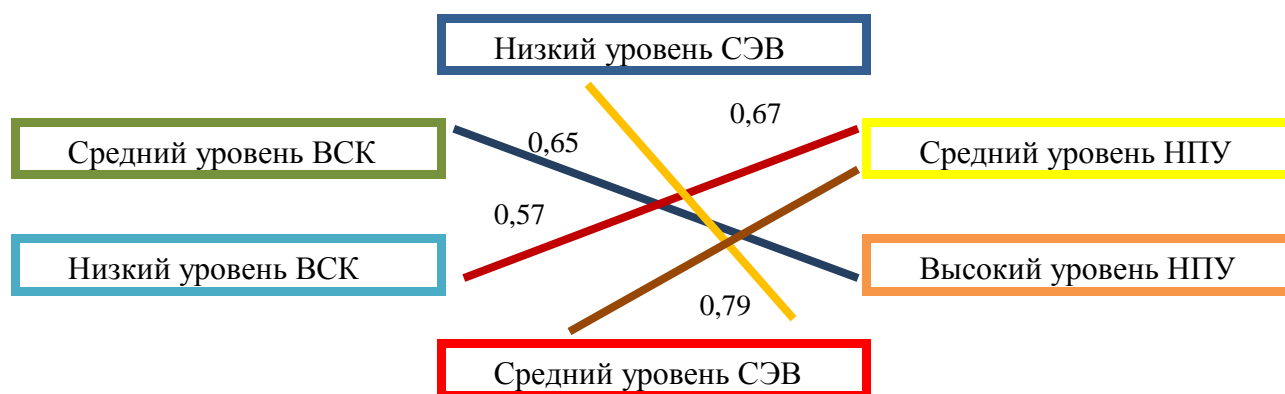


Рис. 6. Корреляционный анализ особенностей личности 3-й группы (со сроком службы более 11 лет)

Выводы

Анализируя результаты нашего исследования, можно сделать следующие выводы.

- У сотрудников со стажем от 1 до 5 лет низкий уровень эмоционального выгорания сопровождается высоким уровнем нервно-психической устойчивости и средними значениями волевой регуляции поведения. Средний уровень эмоционального выгорания коррелирует со средним уровнем нервно-психической устойчивости. Высокий уровень нервно-психической устойчивости достоверно связан со средним уровнем волевой регуляции поведения.
- В группе офицеров, служащих от 6 до 10 лет, низкий уровень эмоционального выгорания также сопровождается высоким уровнем нервно-психической устойчивости. Высокий уровень эмоционального выгорания сопровождается средними показателями нервно-психической устойчивости. Есть взаимосвязь между выраженностью нервно-психической устойчивости и волевой регуляцией поведения.
- В группе офицеров, служащих более 11 лет, как и в двух предыдущих, низкий уровень эмоционального выгорания сопровождается высоким уровнем нервно-психической устойчивости и сниженной волевой регуляцией поведения. Есть взаимосвязь между выраженностью нервно-психической устойчивости и волевой регуляцией поведения. Средний уровень эмоционального выгорания достоверно

связан со средним уровнем нервно-психической устойчивости и волевой регуляции поведения.

Подводя общие итоги, можно сказать, что уровень эмоционального выгорания у военнослужащего на любом сроке службы зависит от нервно-психической устойчивости и волевой регуляции поведения. Данный факт можно учитывать при психологической работе с офицерами силовых структур, и для успешного преодоления синдрома эмоционального выгорания необходимо дополнительно развивать рассматриваемые характеристики. Стоит отметить, что эмоциональное выгорание наиболее выражено у сотрудников, служащих от 6 до 10 лет. Также замечено, что волевая регуляция поведения личного состава при продолжительной работе имеет тенденцию к развитию и переходу на более высокий уровень.

Результаты проведенного исследования могут служить основанием для составления программ профилактической и психокоррекционной работы с офицерами силовых структур.

Литература

1. *Абрамова Г.С.* Психология в медицине / Г.С. Абрамова, ЮА. Юдчиц: учеб. пособие. М.: ЛПА «Кафедра-М», 2012. 272 с.
2. *Бойко В.В.* Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб.: Наука, 1996. 154 с.
3. *Борисова Д.П., Дворянчиков Н.В.* Взаимосвязь проявления синдрома эмоционального «выгорания» и отклоняющегося поведения у сотрудников УИС [Электронный ресурс] // Психология и право. 2019. Том 9. № 2. С. 15–38. doi:10.17759/psylaw.2019090203
4. *Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика: практическое пособие. 3-е изд., испр. и доп. Сер. 9. Профессиональная практика. М.: Юрайт, 2017. 343 с.
5. *Воробьева Н.Н.* Взаимосвязь личностных характеристик военнослужащих контрактной службы с уровнем эмоционального выгорания // Наука и технологии: актуальные вопросы, достижения, инновации: сб. докладов и материалов Национальной научно-практической конференции. Автономная некоммерческая организация высшего образования "Институт непрерывного образования", Москва, 2017. С. 228—233.
6. *Зимницкая Е.А.* Синдром эмоционального выгорания у военнослужащих // Социально-психологические проблемы современного общества и человека: пути решения. Материалы международной научно-практической конференции / Научный редактор А.П. Орлова. 2015. С. 180—183.
7. *Исаев А.А., Никифоров Г.С., Родионова Е.А.* Психология профессионального здоровья: обзор концепций // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2019. Т. 32. № 2. С. 114—122.
8. *Ковалева М.Е.* Особенности нервно-психической дезадаптации у специалистов различного профиля профессиональной деятельности [Электронный ресурс] // Психология и право. 2019. Том 9. № 3. С. 219—231. doi:10.17759/psylaw.2019090316
9. *Ковалева М.Е., Булыгина В.Г.* Психофизиологические предикторы психической адаптивности у специалистов опасных профессий (на примере военнослужащих) [Электронный ресурс] // Психология и право. 2017. № 4(7). С. 137—150. URL: <https://doi.org/10.17759/psylaw.2017070411> (дата обращения: 20.05.2020)

10. Красавцева О.В. К проблеме об эмоциональном выгорании военнослужащих // Актуальные вопросы в научной работе и образовательной деятельности. Сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции: в 13 частях, Тамбов, 2013. С. 78—79.
11. Кулакова С.В. Специфика проявлений синдрома профессионального выгорания у практикующих психологов [Электронный ресурс] // Психология и право. 2015. Том 5. № 1. С. 80—89. URL: <https://psyjournals.ru/psyandlaw/2015/n1/76155.shtml> (дата обращения: 13.07.2020).
12. Ларенцова Л.И., Терехина Н.В. Феномен эмоционального выгорания: механизм формирования, симптомы и способы преодоления с точки зрения различных психологических подходов // Прикладная юридическая психология. 2009. № 2. С. 37—48.
13. Макарова Г.А. Синдром эмоционального выгорания // Вопросы социального обеспечения. 2005. № 8. С. 11—21.
14. Мачульская И.А., Беляев Р.В., Машин В.Н. Феномен эмоционального выгорания военнослужащих в процессе их профессиональной деятельности // Территория науки. 2015. № 5. С. 72—77.
15. Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования и перспективы // Школьный психолог. 2001. Том 22. № 1. С. 90—101.
16. Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях. // Психологический журнал. 2002. Том 23. № 3. С.85—95.
17. Рыбников В.Ю. Экспресс-методика «Прогноз-2» для оценки нервно-психической неустойчивости кандидатов на учебу в вуз // Тез. докл. на 1-м всеармейск. совещ. М.: Воениздат, 1990. С. 132—135.
18. Савин М.А. Проблемы изучения эмоционального выгорания у военнослужащих // Вестник Таганрогского государственного педагогического института. 2018. № 1. С. 75—78.
19. Трунов Д.Г. «Синдром сгорания»: позитивный подход к проблеме // Журнал практического психолога. 1998. № 8. С. 84—89.
20. Чермянин С.В., Корзунин В.А., Юсупов В.В. Методологические аспекты диагностики нервно-психической неустойчивости у специалистов экстремальных видов деятельности // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. 2008. № 6. С. 49—54.
21. Freudenberg H.G. The problem of diagnosing burnout. N.Y., 1974. 192 p.
22. Maher E. The burnout syndrome // J. of Consulting and Clinical psychology. 1983. № 7. P. 8—12.
23. Maslach C. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry / C. Maslach, M.P. Leiter // World Psychiatry. 2016. № 2. P. 103—111.
24. Maslach C. Burnout in organizational settings / C. Maslach, S.E. Jackson // Applied Social Psychology Annual. 1994. Vol. 5. P. 133—153.

References

1. Abramova G.S. Psikhologiya v meditsine [Psychology in medicine]. G.S. Abramova, Yu.A. Yudchits: Uchebnoe posobie. Moscow: LPA «Kafedra-M». 2012. 272 p.
2. Boiko V.V. Sindrom «emotsional'nogo vygoraniya» v professional'nom obshchenii [The syndrome of "emotional burnout" in professional communication]. St. Petersburg: Nauka, 1996. 154

р.

3. Borisova D.P., Dvoryanchikov N.V. Vzaimosvyaz' proyavleniya sindroma emotsional'nogo «vygoraniya» i otklonyayushchegosya povedeniya u sotrudnikov UIS [Interdependence of emotional burnout syndrome and deviant behaviour among employees of penal system] [Elektronnyi resurs]. *Psikhologiya i pravo* [Psychology and Law], 2019. V. 9, no. 2, pp. 15–38. doi:10.17759/psylaw.2019090203
4. Vodop'yanova N.E., Starchenkova E.S. Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika [Burnout syndrome: diagnosis and prevention]. *Prakticheskoe posobie. 3-e izd., ispr. i dop. Ser. 9 Professional'naya praktika*. Moscow: Izdatel'stvo Yurait, 2017. 343 p.
5. Vorob'eva N.N. Vzaimosvyaz' lichnostnykh kharakteristik voennosluzhashchikh kontraktnoi sluzhby s urovnem emotsional'nogo vygoraniya [The relationship of the personal characteristics of contract servicemen (military personnel, military people) with the level of emotional burnou]. *Nauka i tekhnologii: aktual'nye voprosy, dostizheniya, innovatsii. Sbornik dokladov i materialov Natsional'noi nauchno-prakticheskoi konferentsii*. 2017. Pp. 228–233.
6. Zimnitskaya E.A. Sindrom emotsional'nogo vygoraniya u voennosluzhashchikh [Military burnout syndrome]. *Sotsial'no-psikhologicheskie problemy sovremennogo obshchestva i cheloveka: puti resheniya. Materialy mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii*. Nauchnyi redaktor A.P. Orlova. 2015. Pp. 180–183.
7. Isaev A.A., Nikiforov G.S., Rodionova E.A. Psikhologiya professional'nogo zdorov'ya: obzor kontseptsii [Occupational Health Psychology: A Review of Concepts]. *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsial'noi raboty*, 2019. T. 32, no. 2, pp. 114–122.
8. Kovaleva M.E. Osobennosti nervno-psikhicheskoi dezadaptatsii u spetsialistov razlichnogo profilya professional'noi deyatel'nosti [Special Aspects of Neuropsychic Maladaptation in Specialists of Various Professions] [Elektronnyi resurs] // *Psikhologiya i pravo* [Psychology and Law], 2019. V. 9, no. 3, pp. 219–231. doi:10.17759/psylaw.2019090316
9. Kovaleva M.E., Bulygina V.G. Psikhofiziologicheskie prediktory psikhicheskoi adaptivnosti u spetsialistov opasnykh professii (na primere voennosluzhashchikh) [Psychophysiological predictors of mental adaptability among specialists of extreme profile (servicemen)] [Elektronnyi resurs] // *Psikhologiya i pravo* [Psychology and Law], 2017, no. 4 (7). pp. 137-150. URL: <https://doi.org/10.17759/psylaw.2017070411>
10. Krasavtseva O.V. Ob emotsional'nom vygoranii voennosluzhashchikh [On the emotional burnout of military personnel]. *Aktual'nye voprosy v nauchnoi rabote i obrazovatel'noi deyatel'nosti. Sbornik nauchnykh trudov po materialam Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii: v 13 chastyakh*. 2013. Pp. 78–79.
11. Kulakova S.V. Spetsifika proyavlenii sindroma professional'nogo vygoraniya u praktikuyushchikh psikhologov [The specificity of manifestations of the professional burnout syndrome in practicing psychologists] [Elektronnyi resurs] // *Psikhologiya i pravo* [Psychology and Law], 2015. V. 5, no. 1., pp. 80–89. URL: <https://psyjournals.ru/psyandlaw/2015/n1/76155.shtml> (data obrashcheniya: 13.07.2020)
12. Larentsova L.I., Terekhina N.V. Fenomen emotsional'nogo vygoraniya: mekhanizm formirovaniya, simptomy i sposoby preodoleniya s tochki zreniya razlichnykh psikhologicheskikh podkhodov [The phenomenon of emotional burnout: the formation mechanism, symptoms and methods of overcoming from the point of view of various psychological approaches]. *Prikladnaya*

yuridicheskaya psikhologiya [Applied Legal Psychology], 2009, no. 2, pp. 37–48.

13. Makarova G.A. Sindrom emotsional'nogo vygoraniya [Burnout Syndrome]. *Voprosy sotsial'nogo obespecheniya* [Social Security Issues], 2005, no. 8, pp. 11–21.

14. Machul'skaya I.A., Belyaev R.V., Mashin V.N. Fenomen emotsional'nogo vygoraniya voennosluzhashchikh v protsesse ikh professional'noi deyatel'nosti [The phenomenon of emotional burnout of military personnel in the process of their professional activity]. *Territoriya nauki* [Territory of Science], 2015, no. 5, pp. 72–77.

15. Orel V.E. Fenomen «vygoraniya» v zarubezhnoi psikhologii: empiricheskie issledovaniya i perspektivy [The phenomenon of "burnout" in foreign psychology: empirical research and prospects]. *Shkol'nyi psikholog* [School psychologist], 2001. T. 22, no. 1, pp. 90–101.

16. Ronginskaya T.I. Sindrom vygoraniya v sotsial'nykh professiyakh [Burnout syndrome in social professions]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 2002. Tom 23, no 3, pp. 85–95.

17. Rybnikov V.Yu. Ekspress-metodika «Prognoz-2» dlya otsenki nervno-psikhicheskoi neustoichivosti kandidatov na uchebu v VUZ [Express methodology "Forecast-2" for assessing the neuropsychological instability of candidates for study at a university]. *Tez. dokl. na 1 vsearmeisk. soveshch.* Moscow: Voenizdat, 1990. Pp. 132–135.

18. Savin M.A. Problemy izucheniya emotsional'nogo vygoraniya u voennosluzhashchikh [Problems of studying emotional burnout of military personnel]. *Vestnik Taganrogskego gosudarstvennogo pedagogicheskogo instituta* [Journal of the Taganrog State Pedagogical Institute], 2018, no 1, pp. 75–78.

19. Trunov D.G. «Sindrom sgoraniya»: pozitivnyi podkhod k problem [«Burnout Syndrome»: a positive approach to the problem]. *Zhurnal prakticheskogo psikhologa* [Journal of the Practical Psychologist], 1998, no. 8, pp. 84–89.

20. Chermyanin S.V., Korzunin V.A., Yusupov V.V. Metodologicheskie aspekty diagnostiki nervno-psikhicheskoi neustoichivosti u spetsialistov ekstremal'nykh vidov deyatel'nosti [Methodological aspects of the diagnosis of neuropsychic instability of (among) specialists of extreme activities]. *Mediko-biologicheskie i sotsial'no-psikhologicheskie problemy bezopasnosti v chrezvychaynykh situatsiyakh*, 2008, no. 6, pp. 49–54.

21. Freudenberg H.G. The problem of diagnosing burnout. N.Y., 1974. 192 p.

22. Maher E. The burnout syndrome. *J. of Consulting and Clinical psychology*, 1983, no. 7, pp. 8–12.

23. Maslach C. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. C. Maslach, M.P. Leiter. *World Psychiatry*, 2016, no. 2, pp. 103–111.

24. Maslach C. Burnout in organizational settings. C. Maslach, S.E. Jackson. *Applied Social Psychology Annual*, 1994. V. 5, pp. 133–153.

Информация об авторах

Байтимилова Анна Александровна, студентка факультета юридической психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3487-7815>, e-mail: andtria@list.ru

Коноплева Инга Николаевна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры клинической судебной психологии факультета юридической психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва,

Байтимилова А.А., Коноплева И.Н.
Особенности эмоционального выгорания у офицеров
силовых структур с различным сроком службы
Психология и право. 2020. Том 10. № 4. С. 2–17.

Baytimirova A.A., Konopleva I.N.
Specifics of Emotional Burnout in Power Structures
Officers with Various Times of Service
Psychology and Law. 2020. Vol. 10, no. 4, pp. 2–17.

Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8540-8667>, e-mail:
konopleva.i.n@gmail.com

Information about the authors

Anna A. Baytimirova, graduate, faculty of Law Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3487-7815>, e-mail: andtria@list.ru

Inga N. Konopleva, PhD in Psychology, Associate Professor, Department of Forensic Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8540-8667>, e-mail: konopleva.i.n@gmail.com

Получена 04.05.2020

Received 04.05.2020

Принята в печать 16.11.2020

Accepted 16.11.2020