

ПРОБЛЕМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ РАБОТНИКОВ ДИПЛОМАТИЧЕСКИХ СЛУЖБ

Аннотация. В статье представлены теоретические рассуждения о необходимости расширения представления о феномене эмоционального выгорания как типичного варианта деформации представителей таких «помогающих» профессий, как педагоги и врачи на малоизученную, но не менее сложную сферу дипломатических отношений.

Summary. The article presents theoretical arguments about the need to expand the understanding of the phenomenon of emotional burnout as a typical variant of the deformation of representatives of such “helping” professions as teachers and doctors in the little-studied, but no less complicated, sphere of diplomatic relations.

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания, параметры, симптомы, редуция профессиональных обязанностей, «помогающие» профессии, психология дипломатии.

Keywords: burnout syndrome, parameters, symptoms, reduction of professional duties, “helping” professions, psychology of diplomacy.

Понятие эмоционального выгорания в рамках профессиональной деятельности сегодня на слуху. На уровне бытовых рассуждений респонденты (особенно представители сферы «человек – человек») отмечают отсутствие желания идти на работу, повышенную нервность в сфере профессиональной деятельности, которая переносится и на иные сферы, быструю утомляемость и т.п. Научное определение обсуждаемого феномена многогранно и неоднозначно. Так, анализ встречающихся в литературных источниках определений позволил нам сделать вывод о том, что эмоциональное выгорание представляет собой комплексное психофизиологическое нарушение в функционировании организма, развивающееся на протяжении определённого периода трудовой деятельности под воздействием неблагоприятных факторов субъективного и объективного порядка.

На сегодняшний день в рамках прикладной психологии остро стоит вопрос о том, можно ли разработать адекватную систему не только реабилитационных, но и профилактических мероприятий по предотвращению развития столь негативного состояния у представителей различных профессий. Однако доминирование описательного, а не объяснительного подхода при исследовании эмоционального выгорания приводит к тому, что предлагаемые программы в большей степени ориентированы на работу со стрессовыми состояниями, негативными эмоциональными переживаниями, телесно-мышечными реакциями организма, не учитывая факт комплексности феномена.

По мнению ряда учёных (М.В. Агапова, Т.И. Черникова и др.), синдром эмоционального выгорания многоаспектен. Так, генетический аспект традиционно описывает причины, факторы и условия развития состояния; онтологический аспект говорит о компонентах, уровнях и симптомах; динамика эмоционального выгорания прослеживается через стадии и фазы его возникновения, формирования и развития. Технологическая же сторона вопроса, то есть средства профилактики, сопровождение процесса реабилитации по сути своей совершенно не изучены. Вероятно, одна из причин подобного состояния заключена в том, что синдром эмоционального выгорания весьма специфичен в различных профессиях. С тем, чтобы зафиксировать специфику и уже затем адресно воздействовать, должны быть чётко выделены и описаны параметры феномена [1].

Параметры – это количественно фиксируемые проявления симптомов изучаемого феномена. Учитывая, что параметры представляют собой обобщённые номенклатурные названия физического или иного свойства процесса (состояния) и опираясь на обширный теоретический и эмпирический материал по проблеме, можно в след за В.В. Бойко говорить о таких специфических параметрах синдрома эмоционального выгорания как: ощущение загнанности в клетку, тревога и депрессия, неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, эмоционально-нравственная дезориентация, редукция профессиональных обязанностей, эмоциональная и личностная отстранённость, психосоматические и психовегетативные нарушения. Важно понимать, что только сочетание перечисленных симптомов позволяет диагностировать определённую выраженность синдрома эмоционального выгорания. Однако, вероятнее всего, у представителей тех или иных так называемых «помогающих» профессий параметры обсуждаемого феномена выражены неодинаково. Например, анализ результатов исследований педагогов и работников медицинской сферы, представленных в литературе, позволяет констатировать интересный факт: если педагоги склонны к нарушению отношений (так называемая экономия эмоций естественным образом приводит, прежде всего, к непониманию) вне профессиональной деятельности (в кругу семьи, с друзьями), то врачи прибегают к сокращению обязанностей, требующих эмоциональных затрат, именно при осуществлении профессиональной деятельности [2; 3].

Сфера дипломатии, несмотря на то, что профессия дипломата ненова, на уровне психологической науки описана слабо. В основном, речь идёт о искусстве ведения переговоров, обсуждаются необходимые профессиональные и личностные качества дипломатов, отдельными главами описываются жёны работников дипломатических служб, рассматривается деятель-

ность дипломатов в условиях кризисных ситуаций [4]. Ежедневная обыденная дипломатическая деятельность, не смотря на свою сложность и неоднозначность, не вызывает особого интереса. Вместе с тем, ряд факторов, по нашему мнению, провоцирует развитие эмоционального выгорания как варианта профессиональной деформации у работников дипломатических служб. Какие параметры синдрома характерны для дипломатов, связано ли это со сроком службы на обсуждаемой должности либо профессиональными интересами работников дипломатических представительств предстоит нам выяснить в ходе эмпирического исследования.

Литература

1. Решетова, Т. В. Эмоциональное выгорание, астения и депрессия у медицинских и социальных работников – ресурсы коррекции / Т. В. Решетова, А. В. Мазурок // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. – 2012. – № 3. – С. 105–110.
2. Соколова, Э. В. Современные исследования феномена «эмоциональное выгорание» / Э. В. Соколова // Вестник балтийской педагогической академии. – 2003. – Выпуск 52. – С. 67–71.
3. Черисс, С. Профессиональное выгорание: беспокойство за работников и боссов растет (интервью) / С. Черисс // Выгорание [Электронный ресурс]. – Москва, 2012. – Режим доступа: <http://edinorog.h1.ru/psimaster/bornout.htm#10>. – Дата доступа: 27.09.2018.
4. Практическая психология для дипломатов: учеб. пособие / под ред. Р. Ф. Додельцева. – М.: МГИМО-Университет, 2011. – 508 с.