

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ПОДБОРУ ПЕРСОНАЛА С РАЗЛИЧНЫМ СТАЖЕМ РАБОТЫ

Профессиональная деятельность специалистов по подбору персонала связана с неизбежными эмоциональными и нравственными перегрузками. Особое место в вопросе эффективной организации труда таких специалистов занимает проблема профессионального стресса, или синдрома «эмоционального выгорания» [1].

Под эмоциональным выгоранием понимается комплекс особых психических проблем, возникающих у человека в связи с его профессиональной деятельностью [2].

Самое известное описание синдрома дала впоследствии К. Маслач: эмоциональное выгорание – это синдром эмоционального истощения, деперсонализации и снижения личностных достижений, который может возникать среди специалистов, занимающихся разными видами помогающих профессий.

В нашем исследовании была выдвинута гипотеза о том, что существуют различия в выраженности синдрома «эмоционального выгорания» в зависимости от стажа работы. В ходе исследования она была доказана. Нами были определены следующие особенности выраженности синдрома «эмоционального выгорания»: наиболее подвержены этому феномену специалисты по подбору персонала, имеющие стаж работы от 10 до 15 лет. У них наблюдается эмоциональный дефицит, эмоциональная отстраненность, деперсонализация и некоторые психосоматические и психовегетативные нарушения.

У специалистов по подбору персонала со стажем работы до 3-х лет можно выделить следующие особенности эмоционального выгорания: переживание психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворенность собой, состояние «загнанности в клетку», а так же тревога и депрессия.

Эмоциональное выгорание специалистов от 3-х до 10 лет проявляется в неадекватном эмоциональном избирательном реагировании, эмоционально-нравственной дезориентации, расширении сферы экономии эмоций, редукции профессиональных обязанностей.

Так же в ходе исследования было выявлено, что эмоциональное выгорание в фазе формирования свойственно в большей степени специалистам со средним и средне-специальным образованием. В группе специалисты с высшим образованием выявлено меньшее количество случаев эмоционального выгорания: синдром эмоционального выгорания отсутствует у 71,4% работников, имеющих высшее образование. Наличие высшего образования, на наш взгляд, снижает риск возникновения выгорания, так как высокая профессиональная подготовка дает специалисту широкий спектр вариантов, способов и приемов решения профессиональных задач и проблем, возникающих в процессе работы. Тем самым снижается неудовлетворенность собой, тревога и депрессия, вызванная недостатком профессиональных умений.

У 40% (12 чел.) эмоциональное выгорание выявлено не было. Это может объясняться применением различных приёмов, техник и способов борьбы с причинами и факторами эмоционального выгорания. Существуют целые технологии, которые разработаны на основе индустриально-организационной психологии. Они позволяют повысить производительность труда, увеличить доходы, улучшить психологический климат и социальные показатели в организации.

В первую очередь можно использовать богатый арсенал психотерапии и всевозможных психотренингов, которым владеют профессионалы-психологи и игротехники. На крупных предприятиях регулярно проводятся подобные мероприятия, по

существо «игры для взрослых», которые обостряют внимание, повышают работоспособность, способствуют сближению сотрудников.

В заключение хотелось бы отметить, что для обеспечения и поддержания благополучия как физического, так и психического здоровья, а также удовлетворенности профессиональной деятельностью необходимо поддерживать баланс между требованиями среды и индивидуальными ресурсами, необходимо осознание ситуации и поиск эффективных способов совладания с ней.

-
1. *Бойко, В.В.* Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В. Бойко. – СПб, 1999. – 147 с.
 2. *Вишнякова, Н.Ф.* Конфликтология: курс лекций / Н.Ф. Вишнякова. – Мн.: Университетское, 2002. – 145 с.