

У сюжэтах асноўны акцэнт робіцца на незвычайных нацыянальных традыцыях: у Бангладэш гэта была асаблівая тэхніка стварэння адзення, у Сінгапуры вядучы расказваў пра хмарачосы і іх ролю ў краіне. Можна заўважыць, што журналіст часцей за ўсё пры асвятленні тэмы развівае думку па прынцыпе «ад прыватнага да агульнага». Так, у выпуску аб Шпіцбергене аповед пачынаўся з гісторыі чалавека, які працуе з сабакамі: менавіта гэты від дзейнасці з'яўляецца традыцыйным для апісанай мясцовасці.

Важна адзначыць, што журналісты праграмы «Іх норавы» шукалі найлепшыя спосабы ўзаемадзеяння на працягу ўсяго існавання праграмы. У першапачатковым варыянце падводкі вядучага запісваліся ў студыі, у сюжэтах вялікая роля адводзілася закадраваму тэксту. З цягам часу студыйныя здымкі журналісты прыбралі, што, на наш погляд, было правільным рашэннем, паколькі ў перадачы адчувалася пэўная адасобленасць ад гледача.

Такім чынам, мы можам заўважыць, што ў постсавецкім актуальным эфіры існуе вялікая разнастайнасць праграм, прысвечаных падарожжам. Агульнае, што можам адзначыць: інфармацыя даносіцца гледачу з дапамогай тэматычных наратываў і прыёмаў інфатэйменту, пытанні палітыкі ў перадачах часцей за ўсё не закранаюцца. Нягледзячы на спецыфіку кожнага з фарматаў, усе стваральнікі праграм імкнуцца адукоўваць аўдыторыю: параўноўваюць мясцовую культуру з роднай, змяняюць адносіны да замежнікаў і дэманструюць карыснасць падарожжаў.

Літаратура

1. Інтернет-адрес: <http://orelireshka.tv/>.
2. Інтернет-адрес: <https://www.youtube.com/watch?v=lkjJIrxapCE&t=1370> s.
3. Программа социально-экономического развития Республики Беларусь на 2011–2015 годы. Мн., 2011.

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ЖУРНАЛИСТОВ ПЕЧАТНЫХ СМИ

Х. И. Скуратович

Одним из наиболее актуальных направлений современной психологии является изучение профессиональных стрессов. Развитие стресса на рабочем месте исследуется как важная научная проблема в связи с его влиянием на работоспособность, эффективность труда и состояние здоровья человека. Как результат неудачно разрешенного стресса на рабочем месте рассматривают синдром профессионального выгорания. Он представляет собой процесс постепенной утраты человеком профессиональной мотивации, проявляющийся в симптомах эмоционального, ум-

ственного, физического истощения, снижения удовлетворения от выполненной работы, ощущения неэффективности и недостаточности своих достижений. Постепенно развиваются явления того состояния, которое В. Франкл называл логоневрозом или неврозом смыслоутраты [1, с. 36]. Развитие данного синдрома характерно в первую очередь для профессий, где доминирует оказание помощи людям. Журналистская деятельность, бесспорно, входит в их число.

С целью эмпирической проверки нами было опрошено 46 сотрудников региональных и республиканских печатных СМИ. Среди них 16 работников газеты «Беларус-МТЗ обозрение», 12 работников газеты «Аргументы и факты», 9 работников газеты «Край Смалявіцкі» и 9 работников газеты «Звязда».

Опрос был проведен по тестовой методике К. Маслач, предназначенной для диагностики профессионального выгорания сотрудников коммерческой службы (маркетологов, агентов, менеджеров). Однако формулировки вопросов номер 9 и 22 были изменены в соответствии со спецификой журналистской деятельности.

Помимо теста бланк ответов содержал следующую информацию о респонденте: пол, возраст, стаж работы, занимаемая должность. В опросе приняли участие 14 мужчин и 32 женщины в возрастной категории от 21 года до 62 лет со стажем работы от 2 до 34 лет. Диагностика проводилась по трем субшкалам: «эмоциональное истощение», «деперсонализация» и «профессиональная эффективность» (редукция персональных достижений).

Анализ ответов опрошенных позволяет сделать следующие выводы. Из 32 респондентов женского пола у 19 выявлена высокая степень профессионального выгорания, у 10 – средняя степень, у 2 – низкая степень. Из 14 респондентов мужского пола у 3 диагностируется высокая степень выгорания, у 10 – средняя степень и у 2 – низкая степень. О наличии высокого уровня выгорания свидетельствуют высокие баллы по субшкалам «эмоциональное истощение» и «деперсонализация» и низкие – по субшкале «профессиональная эффективность». Соответственно, чем ниже респондент оценивает свои возможности и достижения, меньше удовлетворен самореализацией в профессиональной сфере, тем больше выражено выгорание.

Рассматривая каждую субшкалу отдельно, мы определили, что у большинства опрошенных женщин наблюдается высокий уровень эмоционального истощения. 28 респонденток отметили, что к концу рабочего дня, а затем и недели они чувствуют себя «как выжатый лимон» (вопросы 1, 2). Кроме того, 14 опрошенных заметили за собой частое равнодушие и потерю интереса к работе (вопрос 14), а 9 женщин признались, что чувствуют себя на пределе возможностей (вопрос 20).

У мужчин в большей степени наблюдается деперсонализация. 8 опрошенных ответили, что их нередко раздражают и выводят из душевного равновесия люди, с которыми им приходится работать (вопрос 5). Результаты опрошенных женщин по данной субшкале более лояльны. 16 респондентов заверили, что никогда не испытывали раздражения к коллегам и не предпочитают быть более отстраненными по отношению к ним (вопросы 5, 10). Кроме того, 30 опрошенных женщин утверждают, что люди, с которыми им приходится работать, им интересны (вопрос 11). Предполагаем, что такие результаты связаны с устоявшейся тенденцией: в составе редакций преобладают работники женского пола. Вероятно, мужчинам сложнее влиться в коллектив, обсуждение женских тем их мало интересует, и они стараются отдалиться. Однако опрошенные сходятся в одном – 37 респондентам кажется, что их коллеги и подчиненные все чаще перекладывают на них груз своих проблем и обязанностей (вопрос 22).

Ответы по шкале «профессиональная успешность» во многом совпадают. Средний уровень редукции персональных достижений наблюдается у 33 респондентов (7 мужчин, 26 женщин). Высокий уровень – у 11 опрошенных (7 мужчин, 4 женщины), низкий уровень – лишь у 2 женщин. Стоит отметить, что на тестовый вопрос номер 21 «я могу еще многого достичь в своей карьере» положительно ответили 45 респондентов.

Основная возрастная категория опрошенных – от 21 года до 30 лет. Соответственно, их стаж работы – от 2 до 8 лет. Мы отметили, что именно в этот период диагностируется профессиональное выгорание. Чем моложе респондент, тем больше он подвержен эмоциональному истощению и деперсонализации. Вероятнее всего, это связано с небольшой заработной платой, нехваткой свободного времени, серьезными нагрузками и перенапряжением. Однако уровень персональной успешности достаточно высок, что свидетельствует о желании работать и развиваться в данной сфере.

Итоговый подсчет результатов исследования показал, что у журналистов часто наблюдаются симптомы выгорания. Так, у 49 % опрошенных диагностируется высокая степень выгорания, у 47 % – средняя степень и у 4 % – низкая степень профессионального выгорания.

Результаты, полученные в данной работе, могут быть рекомендованы для ознакомления руководителям редакций СМИ, что позволит осознать степень стрессогенности журналистской профессии и в перспективе снизить уровень профессионального выгорания. Для профилактики выгорания могут быть рекомендованы различные формы работы, например организация психологических тренингов, семинаров, круглых столов.

Литература

1. *Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб., 2005.