

Психология и Психотехника

Правильная ссылка на статью:

Рублёва Т.Ю. — Влияние самооценки на возникновение синдрома эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел // Психология и Психотехника. – 2023. – № 3. DOI: 10.7256/2454-0722.2023.3.43759
EDN: XONQYS URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=43759

Влияние самооценки на возникновение синдрома эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел

Рублёва Татьяна Юрьевна

ORCID: 0000-0003-0569-9116

кандидат медицинских наук

кафедра криминалистики, Сибирский юридический институт Министерства внутренних дел
Российской Федерации

660131, Россия, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Рокоссовского, 20

✉ tat-rubleva@yandex.ru



[Статья из рубрики "Профессиональная психология"](#)

DOI:

10.7256/2454-0722.2023.3.43759

EDN:

XONQYS

Дата направления статьи в редакцию:

10-08-2023

Аннотация: Исследование посвящено изучению уровня самооценки и ее роли в возникновении синдрома эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел. Цель исследования: изучение роли самооценки в возникновении синдрома эмоционального выгорания и сравнение содержательных и динамических характеристик у сотрудников, получающих и не получающих психотерапевтическую помощь. Предмет исследования: возможности формирования адекватной самооценки сотрудников полиции посредством использования методов психотерапевтической коррекции. Экспериментальная база исследования: СибЮИ МВД России (г. Красноярск). Экспериментальная выборка: 45 сотрудников полиции (слушателей факультета профессиональной подготовки), мужского пола в возрасте от 21 до 35 лет. Методики исследования: «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко, «Тест на самооценку личности» С. А. Будасси. В ходе исследования автором разработана и реализована психотерапевтическая программа с элементами арт-терапии. Обработка данных проводилась с помощью программы IBM SPSS Statistics 24. Для определения

взаимосвязи по методикам был использован коэффициент корреляции Ч. Э. Спирмена, достоверность различий рассчитывалась с применением критерия Т-Вилкоксона для зависимых выборок и использованием критерия U-Манна-Уитни для независимых выборок. Установлены статистически значимые различия показателей самооценки и синдрома эмоционального выгорания. Достоверность и надежность полученных результатов определяется теоретическим анализом обозначенных проблем, адекватностью методов и методик исследования целям и задачам, обеспечением репрезентативности выборки, применением методов количественного и качественного анализа результатов исследования. Научная новизна исследования заключается в разработке психотерапевтической программы, направленной на коррекцию заниженной самооценки сотрудников полиции, имеющих синдром эмоционального выгорания. Полученные результаты исследования и разработанная психотерапевтическая программа могут составить основу научно-методических рекомендаций по совершенствованию подготовки и повышения квалификации психологов, медицинских психологов, осуществляющих контроль за психическим здоровьем персонала.

Ключевые слова:

эмоциональное выгорание, эмоциональное напряжение, хронический стресс, самооценка, профилактика, сотрудники полиции, профессиональная деятельность, психокоррекционная программа, коэффициент корреляции Спирмена, психотерапевтическая помощь

Введение.

В последние годы проблемные вопросы возникновения стресса, связанного с профессиональной деятельностью и как следствие формирование синдрома эмоционального выгорания, являются предметом исследования и обсуждения специалистов в области медицины, психологии, педагогики.

Синдром эмоционального выгорания внесен в международную классификацию болезней МКБ-10 под кодом Z73 «Проблемы, связанные с трудностями поддержания нормального образа жизни», что говорит о серьезности данного нарушения, требующего медицинского вмешательства.

Еще в 1986 г. американский ученый Maslach С. выделил основные признаки синдрома эмоционального выгорания: эмоциональную истощенность, деперсонализацию (дегуманизация по отношению к объектам своей деятельности) и редукцию профессиональных достижений [\[26\]](#).

По мнению Судаковой М. В. и Смолянинова М.В. эмоциональное выгорание является формой профессиональной деформации личности и складывается под воздействием внешних и внутренних детерминант [\[20\]](#).

Исследователи Мисбахов А. А., Рахимов М. И., Шамгуллин А. З. отмечают, что профессиональное выгорание – это синдром, развивающийся на фоне хронического стресса и ведущий к истощению эмоционально-энергических и личностных ресурсов человека [\[13\]](#).

Феномену эмоционального выгорания чаще других подвержены специалисты, в

профессиональные обязанности которых включено общение с другими людьми. В группе риска находятся педагогическая, медицинская, тренерская деятельность и др. По нашему мнению, целесообразно выделить и правоохранительную деятельность, которая включает необходимость вступать во взаимодействие не только с законопослушными гражданами, но и с элементами криминальной субкультуры. Данный факт, несомненно, накладывает определенный отпечаток на психическое здоровье сотрудника.

Несмотря на это, на сегодняшний день в большей степени изучены внешние детерминанты выгорания, обусловленные организационным контекстом, в котором протекает деятельность работников образовательных учреждений, связанная с общением.

Так, Березина В. А. и Шаров А. А. выявили взаимосвязь эмоционального выгорания самоотношения и мотивации достижений педагогов [\[1\]](#), Боровец Е. Н. и Завьялова Я. Л. связь симптомов эмоционального выгорания с особенностями профессиональной мотивации педагогов [\[3\]](#).

Магомедова Л. В. изучила влияние синдром эмоционального выгорания педагога, влияющего на продуктивную деятельность в коллективе [\[12\]](#), а Сафукова Н. Н. определила, что данный синдром по-разному протекает у учителей с различными типами экономического самоопределения [\[18\]](#).

Проблема эмоционального выгорания регулярно становится объектом научных исследований в спортивной психологии, но чаще внимание специалистов направленно на действующих спортсменов, а не на тренеров [\[10, 27\]](#).

Немало исследований посвящено изучению клинических проявлений синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников, в связи с тем, что «медицинскому персоналу свойственны такие характеристики, как ответственность за здоровье и жизнь других людей, ежедневный контакт с различными человеческими характерами, необходимость правильного и срочного принятия решений, самодисциплина, напряжение духовных и физических сил, большое количество стрессовых ситуаций [\[14, 23\]](#).

В ходе проведенных исследований Шишкин А. Е. [\[22\]](#), Guerrero-Barona E. с соавторами [\[24\]](#), Maresca G. с соавторами [\[24\]](#), Voultsos P. с соавторами [\[28\]](#), пришли к мнению, что эмоциональное выгорание у врачей начинает формироваться с первых лет практической деятельности под воздействием разнообразных профессиональных факторов и «возрастает с увеличением возраста врача, стажа трудовой деятельности» [\[6\]](#).

Кроме того, в структуре синдрома эмоционального выгорания медицинских работников выявлены личностные предпосылки его формирования [\[4\]](#) и несколько доминирующих синдромов: астенический, психовегетативный, цефалгический, тревожно-фобический и синдром легких когнитивных нарушений» [\[21\]](#).

Ряд работ затрагивают проблемные вопросы формирования эмоционального выгорания у сотрудников уголовно исполнительной системы [\[19\]](#), что проявляется в снижении интереса к выполняемой деятельности, коммуникативной толерантности и деструктивных формах поведения [\[2\]](#).

Следует отметить, что исследованы не только психологические проблемы, возникающие в деятельности педагогов, медицинских работников, и факторы, и признаки

возникновения эмоционального выгорания, но и возможные варианты профилактической и реабилитационной работы [\[7, 11, 16.\]](#).

Несмотря на то, что деятельность сотрудников полиции связана с непредсказуемостью и опасностью, ростом насилия с применением огнестрельного оружия, с угрозой террористических нападений, трудностями оперативно-служебной деятельности, критикой со стороны граждан и общества исследованию особенностей эмоционального выгорания сотрудников органов внутренних дел посвящены единичные работы.

Так, Забелина Т. А. исследовала особенности формирования профессионального стресса и эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел и выявила прямую взаимосвязь показателя сопротивляемости стрессу с напряжением, тревогой, депрессией, истощением [\[8\]](#). Кайгородова Н. З. с соавторами выявили, что для сотрудников полиции характерны такие симптомы эмоционального выгорания, как деперсонализация и резистентность, проявляющиеся в эмоциональном отстранении, безразличии, циничном отношении к людям и ситуациям и негативизме [\[9\]](#). Исследование Рублёвой Т. Ю. показало, что при воздействии стрессовых факторов служебной деятельности у сотрудников формируются личностные особенности (аддиктивное поведение, антисоциальные поступки и др.), снижающие эффективность их профессиональной деятельности [\[17\]](#).

Вместе с тем, обзор отечественных и зарубежных исследований синдрома эмоционального выгорания, проведенный специалистами Московского университета МВД России Булгаковым А. В. и Кулиевой Т. А., выявил наличие специализированных моделей исследования для учителей и преподавателей, для руководителей среднего звена, для представителей коммерческих служб, для медицинского персонала, для торговых работников, но не обнаружил конкретизирующие диагностики психологического состояния сотрудников полиции [\[5\]](#).

Следует отметить, что недостаточно исследований посвящено не только вопросам формирования эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел, но и возможности профилактики, коррекции, реабилитации данных проявлений [\[15\]](#).

В связи с этим вопросы диагностики и коррекции синдрома эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел является весьма актуальными.

Учитывая изложенное выше, были выдвинуты гипотезы о том, что сотрудники с заниженной самооценкой более подвержены возникновению синдрома, а разработанная коррекционная программа, направленная на формирование адекватной самооценки обладает положительным психотерапевтическим эффектом.

Материалы и методы.

Для подтверждения данной гипотезы проведено исследование на базе СибЮИ МВД России (г. Красноярск).

Выборку исследования составили 45 мужчин в возрасте от 21 до 35 лет, которые на момент исследования являлись слушателями факультета профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел.

На первом этапе проведено тестирование группы на наличие эмоционального выгорания с использованием методики «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко, направленной на изучение ведущих симптомов эмоционального выгорания и

определение отношения к фазе развития стресса: напряжение, резистенция, истощение.

На следующем этапе исследования нами разработана и реализована в экспериментальной группе (14 испытуемых, давших добровольное информированное согласие) психотерапевтическая программа.

Обработка данных проводилась с помощью программы IBM SPSS Statistics 24.

Для определения взаимосвязи по методикам был использован коэффициент корреляции Ч. Э. Спирмена.

Результаты и обсуждение.

Результаты исследования на наличие эмоционального выгорания представлены в таблице 1 (результаты респондентов, имеющих синдром эмоционального выгорания, выделены жирным шрифтом).

Таблица 1. Результаты методики «Диагностика эмоционального выгорания»

Table 1. Results of the methodology «Diagnosis of emotional burnout»

№	Возраст	Напряжение	Резистенция	Истощение	Общий
1	22	44	63	43	150
2	28	0	14	5	19
3	30	9	51	31	91
4	33	16	59	21	96
5	29	12	68	45	125
6	27	8	18	8	34
7	29	31	24	48	103
8	26	3	19	8	30
9	30	34	52	22	108
10	26	7	56	34	97
11	21	6	31	8	45
12	25	3	27	8	38
13	23	30	44	33	107
14	30	32	44	26	102
15	27	28	76	44	148
16	28	14	35	10	59
17	29	37	69	15	121
18	23	25	20	13	58
19	28	48	50	77	175
20	25	0	31	22	53
21	24	5	22	0	27
22	27	25	60	19	104
23	22	52	73	33	162
24	24	78	24	30	132
25	24	15	0	14	29
26	26	32	64	12	108
27	22	4	3	0	7
28	21	15	8	0	23
29	30	9	36	55	100
30	27	79	55	37	171

31	26	42	21	81	144
32	29	63	14	2	79
33	26	11	51	33	94
34	22	58	66	53	177
35	28	11	17	19	47
36	23	36	44	32	112
37	30	4	4	36	44
38	24	10	32	56	98
39	34	74	55	40	169
40	35	45	20	83	148
41	29	50	14	3	67
42	23	13	52	32	97
43	21	52	63	50	165
44	33	5	4	0	9
45	32	80	48	24	152

Таким образом, наличие сформированного синдрома эмоционального выгорания выявлено у 62,0% обследуемых, у 38,0% данный синдром не сформирован либо отсутствует.

Из респондентов со сформировавшимся синдромом у 64,0% доминирует фаза резистенции, проявляющаяся в сопротивлении нарастающему стрессовому состоянию, попытках снизить давление внешних обстоятельств с помощью имеющихся в распоряжении средств. Фазы напряжения определяется у 21,0% и у 15,0% респондентов доминирует фаза истощения.

Далее был проведен «Тест на самооценку личности» С. А. Будасси, результаты которого представлены на рисунке 1.

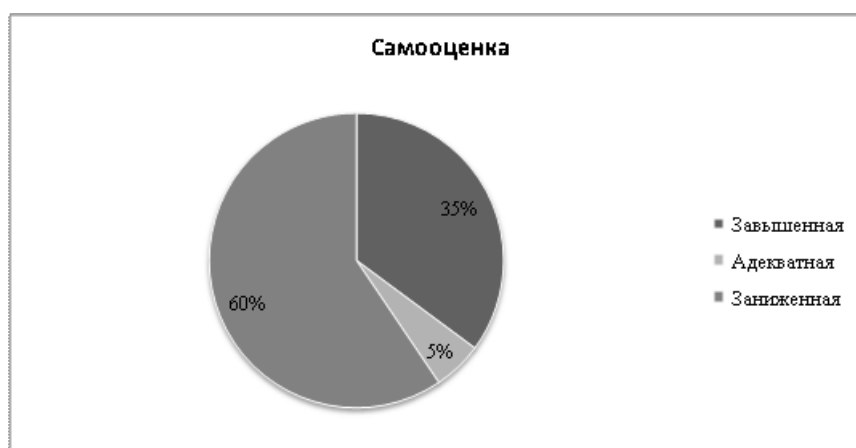


Рисунок 1 –
Результаты методики
«Тест на самооценку
личности» С. А.
Будасси

Figure 1 – Results of
the methodology «Self-
assessment test of
personality» by S. A.
Budassi

Согласно полученным результатам 35,0% респондентов имеют завышенную самооценку, 60,0% – заниженную и только 5,0% – адекватную.

Корреляционный анализ показателей самооценки и синдрома эмоционального выгорания представлен в таблице 2.

Таблица 2. Интеркорреляционная матрица

Table 2. The Interrelation matrix

	Самооценка	Выгорание
--	------------	-----------

	самооценка	выгорание
Самооценка	0,100	0,324*
Выгорание	- 0,324*	0,100

* - Корреляция значима на уровне 0,05

Для определения взаимосвязи по методикам был использован коэффициент корреляции Спирмена. Полученный результат показал обратную взаимосвязь между показателями уровня самооценки по методике С. А. Будасси и уровня эмоционального выгорания по методике В. В. Бойко ($r = - 0,32$, $p \leq 0,05$). Таким образом, чем ниже самооценка, тем выше уровень эмоционального выгорания.

Сопоставив результаты методик исследования, были определены контрольная ($n=14$) и экспериментальная группы ($n=14$). Критериями включения сотрудников в исследование явились: возраст от 21 до 35; заниженная самооценка; наличие синдрома эмоционального выгорания; информированное согласие.

С целью коррекции самооценки была разработана и реализована программа, направленная на преодоление чувства неуверенности, скованности, формирование позитивного мышления и принятие себя как успешной и уверенной в себе личности.

Задачи: получение навыка выражения себя с помощью творчества и игровых форм деятельности; приобретение навыка формирования активной жизненной позиции; возможность осознания ценности собственной личности; получение возможности усиления позитивного отношения к себе.

Продолжительность реализации занятий психотерапевтической программы составила 6 недель (12 сессий по 135 минут). Количество участников 14 человек (экспериментальная группа).

Использовались следующие формы проведения занятий: лекция с элементами беседы, включающая в себя небольшой объем теоретического материала; интерактивные беседы; медитация; аутотренинг, арт-терапия. Элементы атр-терапии (изотерапия, маскотерапия, коллаж, драмотерапия) способствуют высвобождению во вне внутриличностного конфликта; дают возможность осознать вытесненные чувства и внутренние переживания и развивают навык их дифференцирования; повышают самооценку; дают возможность освободиться от ненужного и изменить свою жизнь; снимают эмоциональное напряжение; помогают в безопасной обстановке прожить вытесненные эмоции, освободиться от психологических и телесных зажимов, прожить через игру несбывшиеся ожидания. Структура психотерапевтической программы представлена в таблице 3.

Таблица 3. Структура психотерапевтической программы

Table 3. Structure of the psychotherapeutic program

Блок	Задачи	Методы и приемы коррекции эмоциональной сферы
Установочный	<ul style="list-style-type: none"> - установка дружеской атмосферы внутри группы; - побуждение к сотрудничеству с психологом; 	<ul style="list-style-type: none"> - упражнения на знакомство, - элементы

(1 занятие)	- формирование внутренней мотивации на прохождение коррекционной работы	изотерапии: рисование мандалы
Коррекционный (10 занятий)	<ul style="list-style-type: none"> - снижение уровня тревожности участников группы; - выработка оптимального способа реагирования в стрессовой ситуации; - тренировка в формировании позитивного мышления. - формирование уверенности в себе. - формирование адекватной самооценки; - обмен опытом действия в сложных жизненных ситуациях; - коррекция самооценки посредством аутотренинга; - повышение мотивации личностного роста. 	<ul style="list-style-type: none"> - медитация; - аутотренинг; - изотерапия («образ зависимости», «образ моего я», «образ тела», «внутренний ребенок», «работа со страхом», «я и другие»); - маскотерапия («маска обиды», «маска вины», «маска стыда»); - драмотерапия («сценка об обиде»).
Контрольный (1 занятие)	Выявление изменений; обсуждение результатов совместной работы, подведение итогов, укрепление настроения дальнейшей самостоятельной работы.	Завершение динамики группового процесса, коллаж на тему «образ мира», повторное диагностическое исследование.

В качестве примера приводим план и этапы одного из занятий программы по теме «Я и другие люди» (продолжительность – 135 минут).

1. Приветствие участников занятия (15 минут). Участники по кругу приветствуют членов группы и делятся своим актуальным внутренним состоянием.

2. Игра «Пять минут демократии» (15 минут). Цель: Установление неформальной обстановки, мотивация на активную работу в группе. Повышение навыка коммуникабельности. Отслеживание групповой динамики.

Участникам предлагается вспомнить, как прошло упражнение на прошлой неделе и как они планировали проявить себя в этом упражнении сегодня. После чего участникам напоминают, что в течение пяти минут, каждый может говорить на любую интересующую его тему, либо слушать других участников. Весь процесс в течение этого упражнения регулирует сама группа.

Рефлексия. Участникам предлагается ответить на вопросы: чем отличалось ваше поведение сегодня от поведения на прошлом занятии? Как вы хотели бы проявить себя во время этого упражнения на следующем занятии?

3. Обсуждение прошлого занятия (10 минут). Цель: Рефлексия внутреннего состояния, ответы на возникшие вопросы. Обмен мыслями и инсайтами, возникавшими после прошлых занятий.

4. Лекция «Психогенетическая теория личности Ю. В. Валентика. Личностный статус Я – член группы» (20 минут). Цель: формирование внутренней мотивации на участие в психотерапевтическом процессе за счет формирования и реконструирования нормативных личностных статусов.

5. Упражнение «Контакт с миром» (30 минут). Цель: самопознание, самоисследование, выявление нереализованных потребностей, повышение коммуникативных навыков, исследование личных границ.

Участникам предлагается одеть на глаза маски и встать в любом выбранном месте комнаты и действовать в соответствии с инструкциями.

«Сейчас нужно начать медленно двигаться в произвольную сторону, издавая звук жужжания. При этом вы должны двигаться таким образом, чтобы не соприкасаться друг с другом».

После нескольких минут, психолог просит остановиться и выслушать следующую инструкцию.

«Теперь во время движения, вы можете соприкасаться с другими участниками тыльной стороной ладоней. При этом интонацией жужжания показывая, что вы идете на контакт. Если кто-то пытается пойти на контакт с вами, вы имеете право принять его или отвергнуть, используя для этого интонацию жужжания. Либо отойдя в сторону»

Рефлексия. Вопросы: каким образом вы передвигались в первом варианте упражнения? Хотелось ли вам быть ближе к другим людям, или наоборот дальше от них? Вы сами выбирали, в каком направлении вам двигаться или на это влияли окружающие? Вступали ли вы в контакт с другими людьми во втором варианте упражнения? Вам отвечали взаимностью или отвергали ваш контакт? Что вы при этом чувствовали? Что вы чувствовали и как себя вели, когда другие люди пытались вступить в контакт с вами?

6. Упражнение «Я и другие люди» (20 минут). Цель: Закрепление навыков, полученных во время занятия. Нормализация эмоционального состояния

Участникам предлагается нарисовать рисунок на тему «Я и другие люди» и написать небольшой рассказ на эту тему. После чего участники делятся своими работами. Психолог и другие участники задают возникающие вопросы и делятся своими откликами.

7. Медитация «Внутреннее расслабление» (15 минут). Цель: нормализация эмоционального состояния, снижение тревожности.

Участники садятся в удобное положение с закрытыми глазами и под руководством психолога погружаются в направленную медитацию.

Рефлексия: участники кратко делятся образами, пришедшими во время медитации.

8. Завершающий круг (10 минут). Обмен впечатлениями.

Для определения эффективности проведенных мероприятий была проведена повторная диагностика с использованием того же диагностического пакета методик, что и на констатирующем этапе с участием контрольной группы.

В результате расчетов Т-критерия Вилкоксона для самооценки в экспериментальной группе получено значение $T_{\text{эмп}}=20$.

Критические значения Т при $n=15$ для уровня статистической значимости: $T_{\text{кр}}=15$ ($p \leq 0,01$), $T_{\text{кр}}=25$ ($p \leq 0,05$). Следовательно, $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}$, показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта. Различия результатов исследования являются статистически значимым ($p \leq 0,05$).

В результате расчетов Т-критерия Вилкоксона для оценки уровня выгорания в экспериментальной группе получено значение $T_{\text{эмп}}=22$.

Критические значения Т при $n=15$ для уровня статистической значимости: $T_{\text{кр}}=15$ ($p \leq 0,01$), $T_{\text{кр}}=25$ ($p \leq 0,05$). Следовательно, $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}$, показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта. Различия результатов исследования являются статистически значимым ($p \leq 0,05$).

Полученные результаты выявили, что значение показателей самооценки и уровня выгорания математически входят в зону значимости, тогда как статистический анализ показателей контрольной группы не выявил значимых изменений, что свидетельствует об эффективности реализации психотерапевтической программы.

Для сравнения показателей самооценки в контрольной и экспериментальной групп используем критерий U-Манна-Уитни для оценки различий.

Производим подсчет ранговых сумм по выборке и получаем значение $U_{\text{эмп}}=30$, сравниваем значение $U_{\text{эмп}}$ и $U_{\text{кр}}$.

$U_{\text{кр}} = \{42$ ($p \leq 0,01$) и 55 ($p \leq 0,05$).

$U_{\text{эмп}} < U_{\text{кр}}$ ($30 < 55$) на уровне значимости $p \leq 0,05$. Различия результатов исследования являются статистически значимым ($p \leq 0,05$).

Сравнительный анализ данных вторичного исследования с применением критерия U-Манна-Уитни выявил положительную динамику изменения уровня самооценки в экспериментальной группе относительно контрольной группы.

Для сравнения показателей уровня выгорания контрольной и экспериментальной групп используем критерий U-Манна-Уитни для оценки различий.

Производим подсчет ранговых сумм по выборке и получаем значение $U_{\text{эмп}}=29$, сравниваем значение $U_{\text{эмп}}$ и $U_{\text{кр}}$.

$U_{\text{кр}} = \{42$ ($p \leq 0,01$) и 55 ($p \leq 0,05$).

$U_{\text{эмп}} < U_{\text{кр}}$ ($29 < 55$) на уровне значимости $p \leq 0,05$). Различия результатов исследования являются статистически значимым ($p \leq 0,05$).

Сравнительный анализ данных вторичного исследования с применением критерия U-Манна-Уитни выявил достоверность различий уровня эмоционального выгорания в экспериментальной группе относительно контрольной группы.

Полученные результаты установили повышение уровня самооценки и снижение уровня

эмоционального выгорания у сотрудников полиции, что свидетельствует об эффективности психотерапевтической работы.

Заключение.

В результате первичного обследования наличие сформированного синдрома эмоционального выгорания выявлено 62,0% обследуемых, что говорит о негативном воздействии факторов, имеющих место в профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел.

Кроме того, 60,0% сотрудников имеют заниженную самооценку, что не даёт возможности реализовать себя в полной мере в профессиональной деятельности.

Полученный результат выявил обратную взаимосвязь между показателями уровня самооценки по методике С. А. Будасси и уровня эмоционального выгорания по методике В. В. Бойко ($r = - 0,32$, $p \leq 0,05$), что подтвердило гипотезу: чем ниже самооценка, тем выше уровень эмоционального выгорания.

Анализ данных реализации психотерапевтической программы, направленной на коррекцию самооценки выявил статистически значимое снижение уровня эмоционального выгорания ($p \leq 0,05$) на фоне повышения уровня самооценки ($p \leq 0,05$) у респондентов экспериментальной группы, тогда как в контрольной группе статистически значимых изменений не произошло.

Кроме того, статистически значимые изменения показателей уровня самооценки и эмоционального выгорания сравнения контрольной и экспериментальной групп ($p \leq 0,05$) доказывают наличие положительного терапевтического эффекта психотерапевтической программы.

Таким образом, полученные результаты доказали эффективность разработанной психотерапевтической программы, которая может быть использована медицинскими психологами в работе сотрудниками органов внутренних дел для коррекции синдрома эмоционального выгорания путем формирования адекватной самооценки.

Библиография

1. Березина В. А., Шаров А. А. Исследование эмоционального выгорания самоотношения и мотивации достижений педагогов дошкольных учреждений // Инновационная научная современная академическая исследовательская траектория (ИНСАЙТ). 2020. № 1(1). С. 105-112.
2. Борисова Д. П., Дворянчиков Н. В. Взаимосвязь проявления синдрома эмоционального «выгорания» и отклоняющегося поведения у сотрудников УИС // Психология и право. 2019. Т. 9, № 2. С. 39-53.
3. Боровец Е. Н., Завьялова Я. Л. Связь симптомов эмоционального выгорания с особенностями профессиональной мотивации педагогов дополнительного образования // Вестник психофизиологии. 2021. № 3. С. 119-121. DOI: 10.34985/y6625-0496-5466-z.
4. Братухина Е. А., Братухин А. Г., Демченко В. Г. Личностные предпосылки синдрома эмоционального выгорания врачей // Здоровье населения и среда обитания. 2019. № 7 (316). С. 39-43. DOI: <http://doi.org/10.35627/2219-5238/2019-316-7-39-43> (дата обращения 10.07.2023).
5. Булгаков А. В., Кулиева Т. А. Обзор отечественных и зарубежных исследований синдрома эмоционального выгорания у сотрудников полиции: инструментарий,

- результаты, профилактика // Вестник Московского университета МВД России. 2023. № 1. С. 326-333. DOI: 10.24412/2073-0454-2023-1-326-333.
6. Валеева Ф. В., Хасанова К. Б., Галеева А. Т., Камальдинова А. Р. Оценка выраженности синдрома эмоционального выгорания у врачей-эндокринологов // Медицинский альманах. 2019. № 2(59). С. 10-13. DOI: 10.21145/2499-9954-2019-2-10-14.
7. Долгополова А. В., Манухина А. М. Психолого-педагогическая профилактика эмоционального выгорания педагогов // Вестник Самарского государственного технического университета. Серия: Психолого-педагогические науки. 2020. № 2(46). С. 75-86. DOI: 10.17673/vsgtu-pps.2020.2.6.
8. Забелина Т. А. Особенности формирования профессионального стресса и эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел // Психология и педагогика служебной деятельности. 2023. № 2. С. 25-27. <https://doi.org/10.24412/2658-638X-2023-2-25-27> (дата обращения 10.07.2023).
9. Кайгородова Н. З., Курсакова Е. Н., Волкова Т. Г., Каменек Д. В. Эмоциональное выгорание сотрудников МВД в контексте их стрессоустойчивости // Прикладная психология и педагогика. 2023. Т. 8, № 3. С. 129-139. DOI: 10.12737/2500-0543-2023-8-3-129-139.
10. Костов Ф. Ф., Пономарев, Г. Н., Костюченко В. Г. Факторы эмоционального выгорания в работе тренера по художественной гимнастике // Теория и практика физической культуры. 2020. № 11. С. 18-19.
11. Кустов П. В. Профилактика эмоционального выгорания в условиях повышенных стрессовых нагрузок // Научно-практические исследования. 2020. № 9-4(32). С. 4-6.
12. Магомедова Л. В. Синдром эмоционального выгорания педагога, влияющий на продуктивную деятельность в коллективе // Вестник науки и образования. 2019. № 17(71). С. 96-98.
13. Мисбахов А. А., Рахимов М. И., Шамгуллин А. З. Психологические причины развития эмоционального выгорания в профессиональной деятельности // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 68-4. – С. 293-297.
14. Петрова Н. С., Гладских Н. А., Сыч Г. В. Анализ основных аспектов мотивации деятельности медицинских работников и профилактика развития синдрома эмоционального состояния // Университетская медицина Урала. 2022. Т. 8, № 2 (29). С. 54-56.
15. Пряхина М. В., Гончарова Н.А. Психологическая профилактика синдрома эмоционального выгорания сотрудников органов внутренних дел // Modern Science. 2022. № 3-1. С. 356-361.
16. Рождественская Я. В., Огольцова Е. Г. Социально - педагогическая и психологическая поддержка педагогов среднего профессионального образования с синдромом эмоционального выгорания // Современная школа России. Вопросы модернизации. 2021. № 6(37). С. 188-189.
17. Рублева Т. Ю. Особенности психической адаптации сотрудников органов внутренних дел к условиям службы // Психологическое здоровье человека: жизненный ресурс и жизненный потенциал: материалы VII-й Международной научно-практической конференции, Красноярск, 26–27 ноября 2020 года / Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого. – Красноярск: Версо, 2021. С. 193-199.
18. Сафукова Н. Н. Эмоциональное выгорание учителей с различными типами

- экономического самоопределения // Проблемы современного образования. 2019. № 3. С. 43-50.
19. Соболев Н. Г. Особенности эмоционального выгорания у сотрудников женского пола отдела охраны исправительного учреждения / Н. Г. Соболев // Мир науки. Педагогика и психология. 2023. Т. 11. № 2. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/27PSMN223.pdf>. (дата обращения 10.07.2023).
20. Судакова М. В., Смолянинов М.В. Основные детерминанты возникновения и развития синдрома эмоционального выгорания в профессиональной деятельности современного педагога // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2019. № 4. С. 129-132.
21. Чутко Л. С., Рожкова А. В., Сурушкина С. Ю. Анисимова Т. И., Дидур М. Д. Клинические проявления синдрома эмоционального выгорания // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2019. Т. 119, № 1. С. 14-16.
22. Шишкин А. Е. Социальный феномен «выгорания» врача // Вестник Бурятского государственного университета. 2019. (3). С. 76-82. DOI: 10.18101/1994-0866-2019-3-76-82.
23. Щербак Я. Л., Мегрелишвили С. М., Клячко Д. С. Сугарова С. Б., Аносова Л. В. Синдром эмоционального выгорания у медицинских работников // Медицинский совет. 2022. Т. 16, № 20. С. 158-163. DOI: 10.21518/2079-701X-2022-16-20-158-163.
24. Guerrero-Barona E., Guerrero-Molina M., García-Gómez A., Moreno-Manso J. M., García-Baamonde M.E. Quality of Working Life, Psychosocial Factors, Burnout Syndrome and Emotional Intelligence. Int J Environ Res Public Health. 2020; 17 (24): 9550. DOI: 10.3390/ijerph17249550.
25. Maresca G., Corallo F., Catanese G., Formica C., Lo Buono V. Coping Strategies of Healthcare Professionals with Burnout Syndrome: A Systematic Review. Medicina (Kaunas). 2022; 58 (2): 327. DOI: 10.3390/medicina58020327.
26. Maslach C., Jackson S. E., Leiter M. P., Schaufeli W. B., & Schwab, R. L. (1986). Maslach burnout inventory (Vol. 21, pp. 3463-3464). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Результаты процедуры рецензирования статьи

В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.

Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).

Объектом исследования в представленной к рецензированию статье выступает эмоциональное выгорание сотрудников ОВД, предметом же - его корреляция с самооценкой. Актуальность работы не вызывает сомнения, поскольку рассматриваемая профессия является одной из наиболее социально-значимых, предполагает высокий уровень ответственности, а следовательно и стресса как источника и фактора выгорания.

Методология статьи предполагает единство теоретической и практической частей, при этом основным методом выступает эксперимент, что полностью оправдано вектором, который задаётся названием работы.

Теоретическая часть лишь с существенной степенью относительности соответствует общепринятым требованиям к научным исследованиям, и об этом более подробно будет сказано ниже.

Практическая часть выполнена на уровне достаточном для исследования типа

журнальной статьи. Автор использует математические методы обработки результатов, что позволяет обеспечить их валидность. Эксперимент проведен в соответствии с общепринятыми методическими канонами, с выделением экспериментальной и контрольной групп. Однако работа выиграла, если бы по итогам практического эксперимента автор представил интерпретацию данных с генерированием оригинальных точек зрения, выявлением причин того или иного положения вещей, природы взаимосвязей и пр..

Перечень литературы соответствует требованиям и находит реальное содержательное отражение на страницах работы.

Текст написан языком, соответствующим нормам научного стиля. Обнаружена орфографическая неточность "не смотря" нужно писать слитно.

По статье имеются следующие замечания.

В выводах представлены обобщающие фразы вместо оригинальных содержательных тезисов.

Теоретическая часть написана не в полном соответствии с требованиями к научно-исследовательский тексту. Это выражается в следующем.

Объем теоретической части слишком мал, это касается и статьи в целом, она занимает почти столько же текста, сколько список литературы из 28 источников, что создаёт некий дисбаланс. В теоретической части автор не представляет оригинальные рассуждения, фактически каждая фраза заканчивается ссылкой на источник. Несмотря на богатство источников в теории не представлен описательный анализ научного опыта с перечислением конкретных фамилий, вклада авторов и векторов исследований. В теории говорится о выгорании и медиков, и педагогов, и собственно сотрудников ОВД. Если приводятся примеры не заявленных в качестве объекта исследования профессий, нужно провести сравнительно-сопоставительный анализ, который может иметь вполне существенную содержательную ценность в данном контексте. Если резюмировать изложенное выше, то можно сказать, что теоретическая часть рукописи затрагивает, обозначает, но не раскрывает в аналитическом понимании сущностно-содержательные аспекты тематики.

Вывод: представленный текст в большей степени напоминает тезисы для практической конференции (как с точки зрения объёма, так и структуры рукописи), однако, с учётом актуальности и научной содержательности он может быть опубликован в рецензируемом научном журнале по психолого-педагогическому направлению.

Результаты процедуры повторного рецензирования статьи

В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.

Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).

Актуальность данной темы определить непросто, поскольку, судя по названию статьи, автор пытается исследовать «влияние самооценки на возникновение синдрома эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел». Но обоснования актуальности именно заявленной темы в статье не приводится вообще. Автор просто пишет об эмоциональном выгорании у работников различных специальностей, но это заявленной тематике не соответствует. Поэтому необходимо показать обоснование актуальности исследования применительно к его предмету. Но и предмет исследования в тексте не указан. Поэтому непонятно, чему данная статья посвящена.

Введение не структурировано. В нем отсутствуют сведения не только об актуальности и

предмете исследования, но также о его научной новизне и методологии. Отсутствует даже формулировка цели исследования. Соответственно, весь текст воспринимается как некондиционный.

Все введение требует принципиальной переработки и исключения из него таких фраз, типа «В последние годы проблемные вопросы возникновения стресса, связанного с профессиональной деятельностью и как следствие формирование синдрома эмоционального выгорания, являются предметом исследования и обсуждения специалистов в области медицины, психологии, педагогики». Какие последние годы автор имеет в виду? Эта тема уже давно и всесторонне исследована. Поэтому автору необходимо провести анализ данных литературы в соответствии с предметом своего исследования.

Понятие «сотрудник органов внутренних дел» очень общее и всех таких сотрудников принципиально неправильно равнять по отношению к рискам эмоционального выгорания. Но автор не указывает, кого конкретно он имеет в виду и просто пишет, что «деятельность сотрудников полиции связана с непредсказуемостью и опасностью, ростом насилия с применением огнестрельного оружия, с угрозой террористических нападений, трудностями оперативно-служебной деятельности, критикой со стороны граждан и общества». И при этом «исследованию особенностей эмоционального выгорания сотрудников органов внутренних дел посвящены единичные работы».

И при этом же сам автор пишет, что феномену эмоционального выгорания чаще других подвержены специалисты, в профессиональные обязанности которых включено общение с другими людьми. В группе риска находятся педагогическая, медицинская, тренерская деятельность и др. Значит, необходимо дифференцировать объект исследования и показать, кто был обследован на предмет влияния самооценки на возникновение синдрома эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел. Указание на то, что «выборку исследования составили 45 мужчин в возрасте от 21 до 35 лет, которые на момент исследования являлись слушателями факультета профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел», в данном случае не убеждает в том, что это была однородная группа.

Стиль изложения текста исследовательский. Видны попытки автора показать свою работу и это вызывает уважительное отношение, поскольку проблема эмоционального выгорания требует решения.

Структура работы не соответствует принятым требованиям к логике построения научных текстов. Выше было указано об отсутствии таких важных элементов научной статьи, как обоснование актуальности, предмет, научная новизна, методология и даже цель исследования. К тому же по тексту видно, что автор уходит от названия статьи и стремится показать эффективность коррекционной программы. Это уже совсем другая тема, которая вообще не имеет отношения к первичному замыслу, судя, опять же, только по названию статьи.

Содержание текста очень противоречиво. Во-первых, таблицы не читаются. В первой таблице примитивным образом представлен обычный протокол. Средние величины не посчитаны и все количественные показатели поэтому не убедительны. Хотя автор делает умозаключение, что из респондентов «со сформировавшимся синдромом у 64,0% доминирует фаза резистенции, проявляющаяся в сопротивлении нарастающему стрессовому состоянию, попытках снизить давление внешних обстоятельств с помощью имеющихся в распоряжении средств. Фазы напряжения определяется у 21,0% и у 15,0% респондентов доминирует фаза истощения». На основании чего, диагностирован этот синдром? И еще. Просто бросается в глаза безграмотность написания понятий, когда резистентность называется резистенцией.

Тоже самое можно сказать и по другим таблицам и рисункам. Они не читаются и поэтому

неубедительны.

Автор, имеется определенный порядок оформления иллюстративного материала, он заголовков до содержания. Его необходимо освоить.

Обращает внимание стремление аргументировать умозаключения по данным нечитаемых таблиц статистическими доказательствами. Так, отмечается, что «для определения эффективности проведенных мероприятий была проведена повторная диагностика с использованием того же диагностического пакета методик, что и на констатирующем этапе с участием контрольной группы.

В результате расчетов Т-критерия Вилкоксона для самооценки в экспериментальной группе получено значение $T_{\text{эмп}}=20$.

Критические значения Т при $n=15$ для уровня статистической значимости: $T_{\text{кр}}=15$ ($p \leq 0,01$), $T_{\text{кр}}=25$ ($p \leq 0,05$). Следовательно, $T_{\text{эмп}}$ В результате расчетов Т-критерия Вилкоксона для оценки уровня выгорания в экспериментальной группе получено значение $T_{\text{эмп}}=22$.

Критические значения Т при $n=15$ для уровня статистической значимости: $T_{\text{кр}}=15$ ($p \leq 0,01$), $T_{\text{кр}}=25$ ($p \leq 0,05$). Следовательно, $T_{\text{эмп}}$ Автор, откуда вся эта статистика? На основании чего она приводится и почему не представлены никакие первичные данные?

Выводы отсутствуют. Заключение не соответствует представленным по тексту данным.

Эта работа, если рецензент не ошибается, уже поступала на рецензирование. Все эти замечания уже были высказаны, но они не устранены.

С учетом большого количества замечаний принципиального характера и крайне низким уровнем научности, данная статья не может быть рекомендована к опубликованию в научном журнале.

Результаты процедуры окончательного рецензирования статьи

В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.

Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).

Рецензия на статью «Влияние самооценки на возникновение синдрома эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел»

Предмет исследования – влияние самооценки на возникновение синдрома эмоционального выгорания у сотрудников органов внутренних дел.

Название статьи четко отражает суть работы.

Методология исследования построена на традиционных методах психологического исследования. Автором заявлены методы обзора и анализа литературы, а также проведение экспериментального исследования с применением формирующего эксперимента. В теоретической части работы используются методы научно-теоретического анализа, синтеза и обобщения литературы по проблематике эмоционального выгорания.

В прикладной части работы приняли участие 45 респондентов, все – слушатели факультета профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел. Респонденты находятся в одной возрастной группе - от 21 до 35 лет. Таким образом, выборка подобрана по полу, возрасту и виду деятельности.

Для диагностики в исследовании автором заявлена методика В.В.Бойко «Диагностика уровня эмоционального выгорания». Для диагностики самооценки применена методика изучения уровня самооценки С. А. Будасси

Анализ статистических данных проведён с использованием программного обеспечения SPSS Statistics 24. Выводы сделаны с применением корреляционного анализа и с

использованием подсчёта средних значений. Выводы о различиях исследуемых показателей в контрольной и экспериментальной групп сделаны с применением критерия U-Манна-Уитни для оценки различий.

Актуальность представленной статьи не вызывает сомнения. Интерес к изучению синдрома выгорания в связи с его нарастанием в обществе все более важен. Кроме того, существенный интерес представляет изучение синдрома выгорания применительно к конкретным видам профессиональной деятельности, которые осуществляются в условиях повышенного стресса. К таким относятся сотрудники внутренних дел. Важно, что подобные исследования могут стать отправной точкой для важных выводов с точки зрения современных подходов к психологии профессиональной деятельности, в том числе в части профилактики синдрома выгорания.

Научная новизна – новизна исследования связана с применением психотерапевтической программы. По сути, новизна обусловлена методической частью исследования. В случае доказательства эффективности программы, исследование может иметь еще и практическую. Значимость для масштабирования практики психотерапии в отношении сотрудников органов внутренних дел.

Стиль, структура, содержание

В статье не прослеживается традиционная структура – вводная, основная и заключительная части. Автор в начале статьи во введении аргументирует выбор темы, далее описывает методологические вопросы и организацию эмпирической части. Далее делает обзор литературы (хотя логично было его сделать до описания предмета исследования) и снова переходит к описанию методологии.

Вводная часть обосновывает выбор темы. Представлен качественный обзор исследований по смежной тематике.

В основной части статьи представлена работа над гипотезой – сотрудники с заниженной самооценкой более подвержены возникновению синдрома, а разработанная коррекционная программа, направленная на формирование адекватной самооценки обладает положительным психотерапевтическим эффектом.

В прикладной части исследования при описании автор использует таблицы и график. В целом они информативны, но таблицу № 1 лучше исключить из статьи, так как она имеет сводный характер. В ней представлены значения продиагностированного синдрома эмоционального выгорания по всем 45 респондентам. Целесообразно таблицу систематизировать, например, выделить представленность напряжения, резистенции и истощения по группам испытуемых. Возможно это сделать по уровням синдрома эмоционального выгорания.

В данной части статьи также проведен корреляционный анализ для оценки связи самооценки и синдрома выгорания.

В заключении автор делает выводы об эффективности применения разработанной психотерапевтической программы.

Стиль изложения доступен для восприятия.

Стиль статьи соответствует требованиям научности. Оформлен в целом грамотно.

Библиография

Насчитывает 26 литературных источника, в том числе издание на английском языке. Среди литературных источников представлены монографии, статьи, классические издания, сборники материалов конференций. Литературные источники датированы разными периодами, в том числе представлены свежими данными за 2019-22 гг.

Список литературы оформлен в соответствии с требованиями к публикациям научных статей и является достаточно обширным в русле рассматриваемой тематики.

Апелляция к оппонентам – статья может быть рекомендована к публикации. Степень ее значимости достаточно высока и с точки зрения теоретического обзора, и с точки

зрения прикладных инструментов, которые заявляет автор в части формирующего эксперимента с помощью психотерапевтической программы.

Выводы, интерес читательской аудитории – статья, несомненно, вызовет интерес читательской аудитории – врачей, психологов, психотерапевтов, исследователей, преподавателей психологии.