

**Изучение и анализ опыта работы учреждений Федеральной службы
исполнения наказаний по проблеме профессионального выгорания
сотрудников**

Научный руководитель – Митяева Анна Михайловна

Запорожец Нина Михайловна

Студент (специалист)

Орловский государственный университет имени И.С. Тургенева, Юридический
факультет, Орел, Россия

E-mail: zaporozhets.nina2003@gmail.com

Особое значение в современном мире приобрела проблема повышения уровня стрессоустойчивости сотрудников, поскольку это напрямую связано с работоспособностью и результативностью выполнения своих профессиональных обязанностей.

Сотрудник, который находится в постоянном контакте с другими людьми, воспринимает важную информацию, но и большое количество негативных эмоций. В результате начинает снижаться эффективность его работы, возникают заболевания психосоматического характера, но вместе с тем чаще всего одним из последствий становится профессиональное выгорание [2].

Синдром профессионального выгорания – это неблагоприятная реакция на рабочие стрессы, включающая в себя психологические, психофизиологические и поведенческие компоненты [2].

В большей степени профессиональному выгоранию подвержены сотрудники Федеральной службы исполнения наказаний (Далее – ФСИН). Высокий уровень стресса, низкая моральная поддержка и отсутствие должного признания профессиональных заслуг могут способствовать развитию чувства беспомощности и недовольства. К тому же работа в пенитенциарной системе связана с постоянным взаимодействием с осужденными, что может вызывать значительное эмоциональное напряжение [1, 3, 4].

Профессиональное выгорание может быть вызвано высокими эмоциональными, когнитивными и физическими нагрузками, недостатком ресурсов, конфликтами на рабочем месте и другими факторами.

Нами был проведен анализ опыта работы по проблеме профилактики профессионального выгорания сотрудников посредством проведения интервью с начальником психологической службы УФСИН России по Орловской области.

Цель интервью – выявить специфику профилактики профессионального выгорания среди сотрудников Федеральной службы исполнения наказаний.

Психолог ФСИН в своих ответах указывает на то, что профессиональное выгорание связано с определенными психоэмоциональными состояниями сотрудников. Диагностика профессионального выгорания осуществляется с помощью бесед, наблюдений, изучения социально-психологического климата коллектива сотрудников, что подчеркивает практический подход. Упоминание специалистом о ежегодном психодиагностическом обследовании также свидетельствует о систематическом подходе.

По мнению специалиста, признаками профессионального выгорания, которые можно наблюдать у сотрудников, являются: апатия, пассивность, признаки депрессивного состояния, отсутствие желания к активному общению с окружающими людьми, усталость, отсутствие инициативы и т.д.

Психолог подчеркивает серьезность проблемы и указывает на высокий уровень распространенности профессионального выгорания среди сотрудников.

Специалист выделяет три фактора, способствующих развитию выгорания среди сотрудников ФСИН:

- 1) Криминогенный характер работы.
- 2) Монотонность труда.
- 3) Психологические факторы. Отсутствие должной оценки работы и поощрения может серьезно влиять на моральное состояние сотрудников.

Основные проблемы, связанные с профессиональным выгоранием, которые наблюдает среди сотрудников:

- 1) Проблемы личного характера.
- 2) Отсутствие инициативы на работе в связи с недостаточным поощрением.
- 3) Апатия. Апатия как на работе, так и в жизни – это серьезный признак выгорания.
- 4) Текучесть кадров.

Психологи осознают важность осуществления профилактической работы. Применяют различные подходы, включая групповые и индивидуальные занятия, психокоррекционные беседы, психотерапевтические процедуры, осуществляют информирование сотрудников, что демонстрирует гибкость и комплексность в работе с выгоранием.

Специалист также упомянул о законодательной поддержке. В рамках работы с профессиональным выгоранием был предложен Федеральный закон от 19 июля 2018 г. N 197-ФЗ «О службе в уголовно-исполнительной системе Российской Федерации и о внесении изменений в Закон Российской Федерации «Об учреждениях и органах, исполняющих уголовные наказания в виде лишения свободы» на основании показаний психолога сотруднику может быть предоставлен краткосрочный отпуск.

На основании всего вышеизложенного нами были сформулированы следующие психолого-педагогические рекомендации для сотрудников Федеральной службы исполнения наказаний по профилактике профессионального выгорания:

- Целесообразно проходить регулярную диагностику профессионального выгорания.
- Важно принимать участие в семинарах, тренингах, направленных на обучение сотрудников признакам и симптомам профессионального выгорания, профилактику профессионального выгорания.
- Необходимо осуществлять управление своей рабочей нагрузки.
- Целесообразно развивать у себя навыки саморегуляции.
- Важно концентрироваться на позитивных эмоциях и событиях.

Таким образом, можно сделать вывод, что проблема профилактики профессионального выгорания среди сотрудников ФСИН является актуальной и ее решение поможет создать более здоровую рабочую атмосферу, что, в свою очередь, повысит общую эффективность и удовлетворенность сотрудников своей работой. Знание психологом признаков, факторов, влияющих на возникновение профессионального выгорания у сотрудников ФСИН, помогает специалисту выстраивать грамотную профилактическую работу.

Источники и литература

- 1) Александров, Б.В. Особенности профессионального выгорания сотрудников уголовно-исполнительной системы: психологический аспект / Б.В. Александров, Ю.А. Мейер // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2023. – №4 (100). – С.212-220.
- 2) Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика.: практическое пособие / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – 343 с.

- 3) Королева, Н.Б. Сотрудники уголовно-исполнительной системы: экстремальные условия профессии и их следствия / Н.Б. Королева // Прикладная юридическая психология. – 2008. – №4. – С. 86-88.
- 4) Ярошенко, Е.И. Взаимосвязь характеристик отношений и уровней эмоционального выгорания сотрудников пенитенциарной системы : автореф. дис. . . . канд. псих. наук : 19.00.05 / Ярошенко Елена Игоревна. – Саратов, 2022. – 31 с.