

Личностная организация времени в профилактике профессионального выгорания сотрудников следственных подразделений органов внутренних дел в отечественной психологической науке

Научный руководитель – Березина Татьяна Николаевна

Люсова Татьяна Алексеевна

Аспирант

Московский государственный психолого-педагогический университет, Факультет экстремальной психологии, Москва, Россия

E-mail: tata.lusova@mail.ru

На современном этапе развития российского общества в условиях социально-экономической нестабильности, конкуренции на рынке труда, социальных стрессов, растут требования, предъявляемые к профессионализму личности [3]. Однако далеко не каждый может адаптироваться, эффективно осуществлять свою профессиональную деятельность и социальную роль, а потому возрастает вероятность развития неблагоприятных психических состояний, что в свою очередь способствует развитию у него профессионального стресса с последующей психической дезадаптацией и профессиональным выгоранием [4].

Существование множества подходов к изучению сущности и содержания «выгорания» связано со сложностью данного феномена. Большинство ученых изучают термин «выгорание» в тесной связи с профессиональной деятельностью личности [5]. Вместе с тем, важной психологической категорией, тесно связанной с процессами ориентации и адаптации человека в окружающем мире, является восприятие и организация времени жизни, самоорганизация времени жизни, понимаемая как способ личностной организации жизнедеятельности, и рассматриваемая в контексте времени жизни [1].

Представление о личности как о субъекте жизни было заложено еще С.Л. Рубинштейном. В концепции личностной организации времени это представление было дополнено и доработано К.А. Абульхановой [2], которой с целью анализа способов организации жизни, было предложено рассматривать совокупность трех понятий для обозначения трех пространственно-временных ценностно-смысловых модальностей: "жизненная позиция", "жизненная линия", "жизненная перспектива".

Итак, выдвигаются следующие тезисы:

1. Под влиянием сложных условий профессиональной деятельности возрастает большая вероятность развития синдрома профессионального у сотрудников следственных подразделений органов внутренних дел;
2. Эффективная организация личностного времени позволяет избежать профессионального выгорания сотрудников следственных подразделений органов внутренних дел;
3. Специфика деятельности сотрудников следственных подразделений напрямую связана с организацией и планированием их профессиональной деятельности во времени;
4. Одной из самых серьезных проблем на сегодняшний день является значительный некомплект подразделений органов внутренних дел. В условиях недокомплекта на действующих сотрудников ложится колоссальная нагрузка. Задача руководства органов внутренних дел по снижению оттока специалистов является одной из основных;
4. На сегодняшний день в психологической литературе не достаточно представлены исследования, рассматривающие специфику самоорганизации времени жизни и ее взаимосвязь с профилактикой профессионального выгорания;
5. Существует недостаточная изученность проблемы «выгорания» у представителей социальных профессий, а также отсутствие надежных, апробированных методик профилактики и коррекции явления «эмоционального выгорания» у работников МВД.

Источники и литература

- 1) Абульханова К.А, Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб: Алетейя, 2001, 304 с.
- 2) Абульханова К.А. Личностная организация времени жизни. // Мир психологии. 2011. № 3. С. 93-104.
- 3) Водопьянова, Н.Е. Ресурсное обеспечение противодействия профессиональному выгоранию субъектов труда (на примере специалистов «субъект-субъектных» профессий): автореф. дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2014. 49 с.
- 4) Якимова, Э.В. Профессиональный стресс в правоохранительной деятельности: зарубежный и отечественный опыт исследования // Психолог. – 2023. – № 1.
- 5) Herbert Freudenberger. Burnout: The High Cost of High Achievement Hardcover. Anchor Press; Anchor Press ed edition, 1980. 214 p.