

Пытьев Сергей Сергеевич

студент бакалавриата
Российский государственный педагогический
университет имени А.И. Герцена
Санкт-Петербург, Россия

Голенищева Елена Леонидовна

кандидат психологических наук, доцент
кафедры психологии развития и образования
Российский государственный педагогический
университет имени А.И. Герцена
Санкт-Петербург, Россия

**ИНДИВИДУАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ,
КАК ФАКТОР, ПРИВОДЯЩИЙ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ ВЫГОРАНИЮ**

Аннотация

Представлены результаты эмпирического исследования изучения индивидуально-личностных особенностей студентов таких как темперамент, агрессивность, тревожность, эмпатия, коммуникабельность приводящих к факторам профессионального выгорания. Выявлены типы темперамента студентов 1 и 3 курсов их личностные особенности, полученные эмпирические данные, были обработаны при помощи сравнительный метод U-критерия Манна-Уитни Метода и коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, темперамент, эмпатия, тревожность, агрессивность

Практическая ценность исследования

Полученные результаты представляют основу для коррекционно-развивающих программ будущих специалистов-психологов, разработки индивидуальных рекомендаций, организации профилактической работы и самосовершенствования навыков и в профориентационных методологических.

Методы психологической диагностики: Тестирование и опросный метод.

ОСТ – Опросник структуры темперамента В.М.Русалова «STQ-105» диагностируемые компоненты (эргичность, социальная эргичность, пластичность, социальная пластичность, темп, социальный темп, эмоциональность, социальная эмоциональность); Диагностика уровня эмпатии (И. М. Юсупов); Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут); Методика «Определение уровня тревожности» (Ч. Д. Спилберг, адаптация Ю.Л. Ханина); «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС).

Методы обработки эмпирических данных были выполнены посредством: коэффициента ранговой корреляции Спирмена; сравнительного метода (U-критерия) Манна-Уитни.

В работе сформулированы следующие гипотезы: существует взаимосвязь личностных-особенностей и типов темперамента у студентов-психологов 1 и 3 курса обучения; существуют различия в личностных особенностях и типах темперамента у студентов-психологов 1 и 3 курса обучения.

Исследование проводилось на базе Российского государственного педагогического университета им А.И. Герцена. В исследовании приняли участие студенты 1 курса – 20 человек, и студенты 3 курса – 20 человек, очного отделения психологического факультета.

Введение

Уникальность, индивидуальность, личностные характеристики, такая комбинация сложных психо-поведенческих процессов, которые фундаментально возвращают определённую целостность личности человека «ограничивая» его жизнь в нужные для него формы, формируя «начальную скорость» и результирующую его проявления в этом мире начали заниматься Клавдий Гален и Гиппократ. Знания, опыт и научно-познавательный интерес этих двух врачей и философов стали началом исследованиям видам темперамента. Темперамент как совокупность психических черт, признаков и свойств человека, которые возникли в результате обобщения динамических, формальных характеристик, выступающих как проявление психических деятельностей под влиянием устойчивых индивидуальных биологических детерминант [5]. Первоначально были определены 4 вида темперамента, и характеризовались по жизненным «сокам» [6], были высказаны теории по географическому месту рождению [4], по временам года [10], конституции телосложения [8, 9].

Проблемой профессионального выгорания заинтересовались еще в начале 1970-х годов, американский психиатр Х. Дж. Фрейденбергом в 1974 году работая в психиатрической лечебнице, анализируя поведение сотрудников, особенно новых, заметил, что через определенное время снижается мотивация к работе, падает работоспособность, присутствует апатичный настрой и происходят нарушения сна. Предполагая эмоционально-психологическое истощение, он более подробно начал изучать эмоциональное выгорание сотрудников, а именно им было предопределено, что поведенческие признаки включают в себя трудности со сдерживанием чувств, мгновенные реакции раздражения и фрустрации, а также быстроту гнева. Позже в 1978 гг. исследованием выгорания (Burn-Out) занялись зарубежные психологи К.

Маслач и С. Джексон [2]. Уровень адаптивности человека к внешним и внутренним событиям может создавать специфические психологические ситуации, при которых субъект может либо негативно отреагировать на стимул, либо позитивно, т.е. дисгармоничность развития психоформирующих элементов личности, и характерологических особенностей может создавать предпосылки к профессиональному выгоранию человека. К. Леонгард и Н. Шмишек выделили, что люди с определенными типами акцентуированности личности не только по-разному воспринимают, но и реагируют на организационный или профессиональный стресс. Акцентуации личности – это чрезмерная выраженность отдельных черт характера и их сочетаний, проявление которых во многом зависит от темперамента человека [3].

Профессиональное выгорание – представляет собой стресс-синдром как совокупность симптомов, которые негативно сказываются на работоспособности, самочувствии и интерперсональных отношениях субъекта профессиональной деятельности [1].

Синдром выгорания относится к числу феноменов личностной деформации [1] и затрагивает много различных аспектов психической деятельности, в эмоциональной – чувство тревоги, в когнитивной – оценка ситуации как опасной, в мотивационной – мобилизация или демобилизация сил, в поведенческой – изменение привычных темпов деятельности и др. [2].

Эмоциональные перегрузки, низкий уровень адаптации, сложности в переключении от одной деятельности к другой, низкий уровень мотивированности и жажды к действиям – это значимые аспекты личности человека, которые востребованы в сфере человек-человек [2].

С. Maslach исследуя феномен профессионального выгорания определила три значимых симптома [7]:

1. Эмоциональное истощение – чувство эмоционального перенапряжения и истощения эмоциональных ресурсов.

2. Деперсонализация – негативная, циничная или чрезмерно отстраненная реакция на других людей, которая часто включает в себя утрату идеализма.

3. Снижение личных достижений – снижение чувства компетентности и ассоциативности на работе. Это пониженное чувство самоэффективности было связано с депрессией и неспособностью справляться с требованиями работы, и оно

может усугубляться отсутствием социальной поддержки и возможностей для профессионального развития.

Отечественные ученые такие как: М.А. Аминова, В.В. Бойко, Н.Е. Водопьянова, Л.М. Митиной, Т.И. Ронгинская, Л.А. Китаев-Смык, Л.Д. Демина, В.А. Ганзен, И.А. Ральникова, Т.И. Рогинская,, Е.С. Картавая, Н.В. Мальцева, Т.В. Форманюк, Б.Г.Ананьев, М. А. Жигулина и А. Н. Кононов, Неруш Т.Г, Н.В. Гришина, П.И.Сидоров, А.Б. Леонова,А. А. Рукавишников, В. Е. Орёл, Н. В. Самоукина, Т. И. Короткина, А. А. Мельникова изучающие профессиональное выгорание с различных концептуальных подходах, искали более точные и конкретные терминологические описания и свойства этого феномена. Многокомпонентность и специфические закономерности затрудняют возможность емко, и в то же время точно описать унифицированность данного явления, тем самым создают новые тенденции и формы к изучению его и в настоящее время. Актуальность и проблематика данного феномена высока и сейчас, новые тенденции и профессии создают более сложные формы для адаптации человека, ввиду этого чем более человек ресурсен и готов к профессиональной деятельности, тем реже будет страдать качество его жизни и рабочих процессов. Индивидуально-личностные особенности человека создают внутреннюю психологическую «опору» не только для саморефлексии, но и для взаимодействия с внешней средой.

Основные результаты исследования

1. Сравнение личностных особенностей с типами темпераментов студентов 1 и 3 курса показал, что параметры «пластичность» и «социальная эмоциональность» по методике «ОСТ – В.М.Русалова», имеют достоверно значимые различия. В результате сравнения значений параметров «пластичность» ($8,3 \pm 2,85$ при $U - 135,5$) и параметра «социальная эмоциональность» ($5,6 \pm 3,34$ при $U - 127$) обнаружено, что у студентов 1 курса данные показатели выше, чем у студентов 3 курса где, параметр «пластичность» ($8,3 \pm 2,86$ при $U - 135,5$), параметр «социальная эмоциональность» ($7,7 \pm 2,75$ при $U - 127$), это может быть связано с разными социокультурными факторами и биологическим возрастом студентов.

2. Изучение взаимосвязи типа темперамента с личностными особенностями.

У студентов 1 курса обнаружены статистически значимые положительные связи параметра «личностной тревожности» по методике «Оценки тревожности» Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина с такими структурными компонентами темперамента, как параметр «эмоциональность» ($r=0,466$, $p<0,05$) и параметр «социальная

эмоциональность» ($r=0,452$, $p<0,05$), это может говорить о том, что данные компоненты темперамента могут привести к профессиональному выгоранию специалистов работающих в сфере человек-человек, что подтверждается в исследованиях Кутейникова А.Н., Быховец Ю.В., Падун М.А. [11, 12, 13].

Также личностная черта – агрессивность, по параметрам «агрессивность», методика «Тест агрессивности Л.Г. Почебут», статистически значима и взаимосвязана с компонентом темперамента, параметр «пластичность» ($r=0,506$, $p<0,05$), что может говорить о том, что уровень агрессивности личности, может как увеличивать степень переключаемости с одной коммуникативной программы на другую, так и создавать неустойчивость реакций, либо реакцию на грани устойчивости, которая может создавать дополнительные барьеры во взаимодействии, и затруднять легкость адаптации в эмоциогенных ситуативных реакциях [13, 14].

У студентов 3 курса обнаружены сильные статистически значимые положительные связи параметра «коммуникабельность» по методике «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин с параметром «социальная пластичность» ($r=0,691$, $p<0,001$), параметром «социальная эргичность» ($r=0,833$, $p<0,001$), параметром «темп» ($r=0,729$, $p<0,001$), параметром «социальный темп» ($r=0,747$, $p<0,001$) по методике «ОСТ – В.М. Русалова», что может говорить о том, что у студентов 3 курса в процессе обучения и взаимодействия в социальной среде проявляются такие навыки как: социальная вовлечённость, преобладают более разнообразные коммуникативное программы, изменяется скорость моторно-двигательных актов и способность к более открытой вербализация. Что подтверждается и в исследованиях Г.Г. Руссковой, Н.В. Окуневой [15, 16].

Также выявлено, что параметр «коммуникабельность» коррелирует с параметром «эргичность» ($r=0,646$, $p <0,01$) и параметром «пластичность» ($r=0,606$, $p <0,01$).

Параметр «личностная тревожность» по методике «Оценки тревожности» имеет сильные статистически значимые положительные связи, коррелирующие с параметром «эмоциональность» ($r=0,704$, $p<0,001$), что может говорить о том, что высокие уровни эмоциональности могут вызывать интенсивные переживания, даже при незначительных ситуациях. В исследовании А.А. Каминской подтверждается схожая типологическая тенденция [17].

По результатам расчёта коэффициента ранговой корреляции «Спирмена», выявлены отрицательные (обратные) связи между параметром «коммуникабельность» и параметром «социальной эмоциональности» ($r=-0,466$, $p<0,05$), это может быть взаимосвязано с тем, что чем выше эмоциональность в коммуникативной сфере и высокая чувствительность к неудачам в общении, тем меньше студенты стремятся к общению, испытывают трудности в установлении контактов, и ограничивают свои знакомства, что в последующем может создавать трудности в профессиональной деятельности.

Значение параметра «личностная тревожность» по методике «Оценки тревожности» статистически значима и отрицательно коррелирует с параметром «социальная эргичность» ($r=-0,681$, $p<0,001$), параметром «темп» ($r=-0,709$, $p<0,001$), параметром «эргичность» ($r=-0,833$, $p<0,001$), параметром «пластичность» ($r=-0,777$, $p<0,001$) и параметром «социальный темп» ($r=-0,683$, $p<0,001$), что может указывать на то, чем выше показатели структурных компонентов темперамента, тем ниже уровень тревожности у студентов 3 курса.

Выводы

1. Сравнительный анализ структурных компонентов темперамента у студентов 1 и 3 курса показал статистически достоверные значимые различия по параметрам «пластичности» и «социальной эмоциональности». В группе студентов 1 курса они наблюдаются чаще, чем у студентов 3 курса. Это может быть связано с разным уровнем морфофункционального развития лобных отделов мозга, лимбической системы и уровнем активации ретикулярной формации, и гормональными перестройками.

2. Сравнительный анализ личностных особенностей у студентов 1 и 3 курса не выявил достоверно значимых значений по параметрам «личностной тревожности», агрессивности, эмпатии, коммуникабельности, это может быть связано с малым количеством респондентов.

3. По результатам корреляционного анализа было обнаружено у студентов 1 курса прямые слабые взаимосвязи структурных компонентов темперамента с параметрами «тревожность» и «агрессивность», это может быть связано с процессом адаптации, биологическим возрастом студентов, малым количеством респондентов.

4. По результатам корреляционного анализа было обнаружено у студентов 3 курса прямые сильные взаимосвязи компонентов темперамента с

коммуникабельностью и с параметром «личностной тревожности». Определенные темпераментальные компоненты человека взаимосвязаны с личностными особенностями, которые в свою очередь могут привести к профессиональному выгоранию. При своевременной аналитике и сопоставлении своих личностных особенностей, и требуемых профессиональных качествах можно спрогнозировать предполагаемые трудности и барьеры, и подобрать более эффективный инструментарий по наработке необходимых(компенсирующих) навыков, или выбрать близкий, но альтернативный способ самореализации.

По результатам данного исследования гипотеза о взаимосвязи личностных особенностей и типах темперамента у студентов психологов 1 и 3 курса подтвердилась полностью.

Гипотеза, что существуют различия в личностных особенностях и типах темперамента у студентов психологов 1 и 3 курса подтвердилась частично, т.к. в исследуемых параметрах личностных особенностей не выявлено достоверно значимых различий.

Список использованных источников

1. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса // СПб.: Питер, 2009.
2. Водопьянова Н. Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика: практическое пособие 3-е изд., испр, и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2024. – 299 с.
3. Дементий, Н.В Психологический практикум «Память»: Учеб. -метод. пособие / Сост. Л.И. Дементий, Н.В. Лейфрид; Под общ. ред. Л.И. Дементий. – Омск: Омск. гос. ун-т, 2003. – 124 с.
4. Леонгард К. Акцентуированные Личности Ростов-на-Дону «Феникс» 1997 г.
5. Русалов В. М. Темперамент в структуре индивидуальности человека. Дифференциально-психофизиологические и психологические исследования- СПб., Питер, 2012, 720 с.
6. Ярошевский М. Г. История психологии от античности до середины 20 в. Учеб. пособие. – М., 1996. – 416-51 с.
7. Купер Кери Л. Теории организационного стресса 1998 г. Издательство Оксфордского университета, 334 с. Глава - К. Маслач Многомерная теория выгорания. С. 68-85.

8. Ernst Kretschmer Springer, 1921 Körperbau und Charakter: Untersuchungen zum Konstitutionsproblem und zur Lehre von den Temperamenten p. 192.

9. William Herbert Sheldon, Stanley Smith Stevens Harper, 1942 - 520, The Varieties of Temperament: A Psychology of Constitutional Differences.

10. Zoltan Rihmer, Peter Erdos, Mihaly Ormos, Konstantinos N. Fountoulakis, Gustavo Vazquez, Maurizio Pompili, Xenia Gonda. Association between affective temperaments and season of birth in a general student population – Текст : электронный: – URL: www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032711000334 Journal of Affective Disorders Volume 132, Issues 1–2, July 2011, Pages 64-70

11. Кутейников А.Н., Броничева А.Л. Взаимосвязь уровня личностной тревожности и предрасположенности к профессиональному выгоранию у младшего медицинского персонала. – URL: <http://www.publishing-vak.ru/file/archive-psychology-2022-4/c16-kuteinikov-bronicheva.pdf> Журнал «Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования» (дата обращения: 03.12.2024).

12. Логинова В.В., Чистоходова Л.И., Лавров Н.Н., Пестрякова А.А. Особенности проявления профессионального выгорания у медицинских работников в зависимости от уровня тревожности – Текст : электронный. – URL: https://humancapital.su/wp-content/uploads/2021/12/202112_p286-295.pdf Человеческий капитал: научно-практический журнал (дата обращения: 03.12.2024).

13. Электронный журнал «Клиническая и специальная психология». – Текст электронный. – URL: <https://lib.ipran.ru/upload/papers/37430467.pdf> (дата обращения: 03.12.2024).

14. Быховец Ю.В., Падун М.А., Личностная тревожность и регуляция эмоций в контексте изучения посттравматического стресса. – Текст электронный // Электронный журнал «Клиническая и специальная психология» 2019. Том 8. № 1. С. 78-89. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/matematicheskaya-model-urovnya-psihicheskoy-reaktsii-cheloveka-kak-kolebatelnogo-zvena-sistemy-upravleniya-i-ee-prakticheskie/viewer> (дата обращения: 03.12.2024).

15. Либерман Я.Л. Метельков В.П Математическая модель уровня психической реакции человека и её исследование. – Текст : электронный. – URL: <https://natural-sciences.ru/ru/article/view?id=13661> Научный журнал - Успехи современного естествознания (дата обращения: 03.12.2024).

16. Русскова Г.Г. Взаимосвязь коммуникативных качеств личности и темперамента студентов – Текст электронный. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-kommunikativnyh-kachestv-lichnosti-i-temperamenta-studentov/viewer> Научный журнал «Человек и общество» (дата обращения: 03.12.2024).

17. Окунева Надежда Викторовна Развитие общительности во взаимосвязи со свойствами темперамента у подростков. – Текст электронный. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-obschitelnosti-vo-vzaimosvyazi-so-svoystvami-temperamenta-u-podrostkov/viewer> Научный журнал «Личности в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие» (дата обращения: 03.12.2024).

18. Каминская А.А. Психологические особенности лиц с разным уровнем эмоциональности. – Текст электронный. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-lits-s-raznym-urovнем-emotsionalnosti/viewer> Научный журнал «Вестник науки» (дата обращения: 03.12.2024).