

ды об эффективности применения современных направлений в методике оценки показателей развития выносливости у юных спортсменов:

1. Отличительные черты современных направлений в методике оценки показателей развития выносливости у юных спортсменов: высокая информативность, точность, индивидуальность и разносторонность в оценке применяемых тестов, возможность анализа с помощью разработанного программного обеспечения. Также эффективность подтверждается возможностью применения в работе с юными спортсменами, имеющими ограничения при стандартных методах тестирования.

2. Предлагаемая модель позволяет оценить физиологические факторы, обуславливающие выносливость, степень их развития у юных спортсменов. Инновационным решением является оценка показателей выносливости с учетом показателей графиков текущей скорости (GPS-навигатор), рельефа трассы (датчик барометрической высоты).

3. Существует возможность оценки показателей выносливости и данных кардиограммы изменчивости сердечного ритма ($\Delta R-R$) в виде отдельного графика с помощью специального программного обеспечения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Волков, Н.И. Тесты и критерии для оценки выносливости спортсменов : учеб. пособие для слушателей Высш. шк. тренеров Гос. центр. ин-та физ. культуры / Н.И. Волков. – М. : [б.и.], 1989. – 44 с.

2. Специальная выносливость спортсменов / под ред. М.Я. Набатниковой. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – 261 с.

3. Травин, Ю.Г. Выносливость, методы ее развития и контроля / Ю.Г. Травин ; Гос. центр. ин-т физ. культуры. – М. : [б.и.], 1991. – 35 с.

4. Шварц, Е. Нормы аэробной готовности для мужчин и женщин в возрасте от 6 до 75 лет : обзор / Е. Шварц, Р.С. Райболд. – NY : Aviat Space Med, 1990. – 315 с.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ СОТРУДНИКОВ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ ДОЗНАНИЯ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Марина Васильевна Пряхина, кандидат психологических наук, доцент, подполковник милиции, начальник кафедры юридической психологии,

Анна Павловна Шихова, старший лейтенант милиции, адъюнкт кафедры юридической психологии,

Санкт-Петербургский университет МВД России (СПб Университет МВД России)

Аннотация

В статье рассматривается различное содержание понятия синдрома «эмоционального выгорания» в зависимости от направлений научных исследований, даётся анализ эмпирического исследования процесса формирования и развития эмоционального выгорания у сотрудников специализированных подразделений дознания органов внутренних дел.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, стресс – факторы, сотрудники ОВД, сотрудники специализированных подразделений дознания.

EMOTIONAL BURNING-OUT OF INTERROGATION UNITS' SPECIALISTS WORKING IN INTERNAL AFFAIRS AGENCIES

Marina Vasilevna Prjahina, candidate of psychological sciences, senior lecturer, lieutenant colonel of militia, Chief of chair of legal psychology,

Anna Pavlovna Shihova, senior lieutenant of militia, graduated in a military academy of chair of legal psychology

The St.-Petersburg University of Ministry of Internal Affairs of Russia

Annotation

The article analyzes the different content of syndrome «emotional burning out» depending on

scientific researches direction, the analysis of empirical research of formation and development of the process of special interrogation units' specialists burning out working in internal affairs agencies is given.

Key words: emotional burning out, stress – factors, internal affairs agencies's specialists, specialists of special interrogation units.

Согласно современным данным, под «эмоциональным выгоранием» понимается состояние физического, эмоционального и умственного истощения, проявляющееся в профессиях социальной сферы. Синдром «эмоционального выгорания», по описанию F.S. Naisberg и S. Fennig (1991), выражается в депрессивном состоянии, чувстве усталости и опустошенности, недостатке энергии и энтузиазма, утрате способностей видеть положительные результаты своего труда, отрицательной установке в отношении работы и жизни вообще [10]. В.В. Бойко рассматривает «эмоциональное выгорание» как выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия, приобретенный стереотип эмоционального, чаще всего, профессионального поведения [2]. Выгорание - отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время могут возникать его дисфункциональные следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на выполнении профессиональной деятельности. Эмоциональное выгорание - динамический процесс и возникает поэтапно, в полном соответствии с механизмом развития стресса. Сначала наблюдаются значительные энергетические затраты - следствие экстремально высокой положительной установки на выполнение профессиональной деятельности. По мере развития синдрома появляется чувство усталости, которое постепенно сменяется разочарованием, снижением интереса к своей работе. Следует, однако, отметить, что генезис синдрома носит индивидуальный характер, определяемый различиями в эмоционально-мотивационной сфере, а также условиями, в которых протекает профессиональная деятельность человека. Согласно классификации профессий по Е.А. Климову (1996), профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел относится к типу «человек – человек». Представители этого типа профессий имеют дело с социальными системами, сообществами и людьми разного возраста. В то же время, служебная деятельность в подразделениях милиции имеет и свои отличительные характеристики. Профессиональная деятельность сотрудников специализированных подразделений дознания органов внутренних дел специфична. Её специфика обусловлена тем, что она связана с постоянно действующими эмоциональными факторами, к которым относятся не только частый дефицит времени, противодействие заинтересованных лиц, интеллектуальные перегрузки, связанные с дефицитом или избытком информации, но и постоянная повышенная служебная и моральная ответственность за принимаемые решения, а также то обстоятельство, что при расследовании преступлений дознаватель сталкивается с человеческими пороками, антиобщественными, аморальными поступками. Работа сотрудников ОВД с гражданами требует больших эмоциональных затрат, особенно при взаимодействии с трудным криминогенным контингентом. Осложняется коммуникативный процесс может в условиях неблагоприятного психологического климата в подразделении или когда выполняемая деятельность приносит разочарование. Перечень профессиональных стресс-факторов в этом виде деятельности очень широк. Практически любые аспекты профессиональной деятельности сотрудников специализированных подразделений ОВД могут стать причиной стресса, если они оцениваются сотрудником как превосходящие его возможности справиться с ними.

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

Целью нашего исследования является выявление стресс-факторов, сформированности фаз синдрома эмоционального выгорания и ведущих симптомов «выгорания» у сотрудников специализированных подразделений дознания ОВД на основе

профессиографического исследования их деятельности. Для достижения указанной цели в ходе исследования решались следующие задачи: описание стресс-факторов профессиональной деятельности сотрудников дознания и ведущих симптомов «выгорания». Решение этих задач осуществлялось с помощью следующего методического инструментария: наблюдения, экспертной оценки, методики диагностики уровня эмоционального «выгорания» (В.В. Бойко), адаптированной методики Ю.В. Щербатых «Причины стресса в вашей работе». В исследовании принимали участие 156 сотрудников специализированных подразделений дознания территориальных органов внутренних дел при ГУВД г. Санкт-Петербурга и Ленинградской области, из них 59 мужчин и 97 женщин. Средний возраст по выборке - 29 лет. Наибольший процент от выборки - это сотрудники в возрасте от 19 до 25 лет (44,9%). Наименьший - в возрасте от 42 до 49 лет (5,7%). У 44,2% сотрудников стаж в должности составил менее 5 лет, 55,8% опрошенных имеют стаж службы более 5 лет.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Частотный анализ. Результаты проведенного исследования позволили выделить и провести оценку значимости стресс-факторов профессиональной деятельности сотрудников специализированных подразделений дознания. Сотрудники специализированных подразделений дознания ОВД испытывают в большей мере влияние профессиональных стресс-факторов объективного характера (низкая материальная стимуляция труда, слабая материально-техническая обеспеченность [1 и 2 место], плохая организация условий труда, большое количество материалов и уголовных дел в производстве, работа без выходных, дополнительная нагрузка, не связанная с выполнением профессиональных обязанностей, ненормированный рабочий день [4, 5, 6, 7, 8, 9 место]) и в меньшей мере влияние профессиональных стресс-факторов субъективного, межличностного характера (отсутствие должного внимания со стороны вышестоящего руководства к сотрудникам, работа в условиях коррумпированности, наличие «права звонка» [3 и 10 место]). Что касается оценки «эмоционального выгорания» в изучаемой выборке, то данные свидетельствуют, что 35,8% исследуемых сотрудников СПД ОВД переживают состояние «эмоционального выгорания», а ведущей в изучаемой выборке фазой синдрома «эмоционального выгорания» является фаза «резистенции» (19,9% сотрудников) - это фаза сопротивления нарастающему стрессу, она начинается с момента появления тревожного напряжения. Человек осознанно или бессознательно стремится к психологическому комфорту, снижению давления внешних обстоятельств с помощью имеющихся в его распоряжении средств. Формирование психологической защиты у большинства сотрудников (28,7% и 13,4%) происходит с помощью редукции профессиональных обязанностей и расширения сферы экономии эмоций. В профессиональной деятельности, предполагающей широкое общение с людьми, сотрудники пытаются облегчить или сократить обязанности, которые требуют эмоциональных затрат. Следующей по значению в оценке динамики синдрома «эмоционального выгорания» является фаза «истощения» (11,9% сотрудников), характеризующаяся более или менее выраженным снижением общего энергетического тонуса и ослаблением нервной системы. Сотрудники почти полностью исключают эмоции из сферы профессиональной деятельности, их почти не волнуют и не вызывают эмоционального отклика ни позитивные, ни негативные обстоятельства профессиональной деятельности. Среди симптомов этой фазы преобладает деперсонализация (личностная отстраненность (12,2% сотрудников)). На третьем месте по значимости в оценке динамики синдрома «эмоционального выгорания» является фаза «напряжения» (4% сотрудников). Ведущим симптомом этой фазы является неудовлетворенность собой [10,3% сотрудников], впечатления от внешних факторов деятельности постоянно травмируют личность и побуждают ее вновь и вновь переживать психотравмирующие элементы профессиональной деятельности, что становится неотъемлемым атрибутом личности. Интересно проанализировать взаимосвязь оценки индивидуальных показателей стресс-

факторов профессиональной деятельности сотрудниками специализированных подразделений дознания органов внутренних дел и показателей оценки симптоматики «эмоционального выгорания». Так, у сотрудников, оценивающих профессиональную деятельность как имеющую низкое количество стресс-факторов (5,8% сотрудников), доминирующими симптомами «эмоционального выгорания» являются: редукция профессиональных обязанностей (4,5%) и неадекватное избирательное эмоциональное реагирование (1,9%). У сотрудников, оценивающих профессиональную деятельность как имеющую среднее количество стресс-факторов (47,4% сотрудников), доминирующими симптомами «эмоционального выгорания» являются: редукция профессиональных обязанностей (5,1%) и расширение сферы экономии эмоции (4,5%). У сотрудников, оценивающих профессиональную деятельность как имеющую высокое количество стресс-факторов (46,8% сотрудников) доминирующими симптомами эмоционального выгорания являются: редукция профессиональных обязанностей (19,3%), неадекватное избирательное эмоциональное реагирование (10,3%) и расширение сферы экономии эмоции (9%). Таким образом, значительная часть обследованных сотрудников (35,8%) переживают состояние «эмоционального выгорания». Среди них: 19,9% сотрудников переживают фазу «резистенции» и на поведенческом уровне редуцируют выполнение профессиональных обязанностей за счет неадекватного избирательного эмоционального реагирования и расширения сферы экономии эмоций; 11,9% сотрудников переживают фазу «истощения» и, находясь на грани срыва адаптационных ресурсов, пытаются через механизм деперсонализации (личностной отстраненности) снизить интенсивность психического напряжения; 4% сотрудников переживают фазу «напряжения» и, чувствуя неудовлетворенность собой, воспринимают многие факторы профессиональной деятельности как психотравмирующие.

Результаты проведенного исследования показали, что ведущими стресс-факторами профессиональной деятельности сотрудников специализированных подразделений дознания ОВД являются факторы объективного (низкая материальная стимуляция труда, плохая организация и специфика условий труда, работа в условиях коррумпированности, наличие «права звонка») и субъективного (отсутствие должного внимания к нуждам сотрудников; низкая мотивация труда; отсутствие заинтересованности в конечном результате труда) порядка, определяющие интенсивность их профессионального стресса.

Значительная часть сотрудников СПД ОВД находится в состоянии «эмоционального выгорания», которое проявляется в редукции выполнения профессиональных обязанностей, неадекватном или эмоциональном реагировании, личностной отстраненности, неудовлетворенностью собой.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрумова, А.Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика / А.Г. Абрумова // Психологический журнал. – 1985. – Т. 6, № 6. – С. 107-115.
2. Бойко, В.В. Энергия эмоций в общении : взгляд на себя и на других / В.В. Бойко. – М. : Филинь, 1996. – 472 с.
3. Васильев, В.Л. Юридическая психология : учебник для вузов / В.Л. Васильев. – СПб. : Питер, 2005. – 655 с.
4. Леонова, А.Б. Комплексная стратегия анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике и коррекции // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25, № 2. – С. 75-85.
5. Орел, В.Е. Исследование феномена психического выгорания в отечественной и зарубежной психологии // Проблемы общей и организационной психологии. – Ярославль, 1999. – С. 76-97.
6. Психология и педагогика. – М. : РИУ - РГТК «Тантал», 2000. – 104 с.
7. Форманюк, Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» учителя // Вопросы психологии. – 1994. – № 6. – С. 57-64.

8. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В. Щербатых. – СПб : Питер-Юг, 2006. – 255 с.

9. Maslach, C. Burnout : A multidimensional perspective // Professional burnout : Recent developments in the theory and research. – Washington D.C. : Taylor & Francis, 1993. – P. 19-32.

10. Personality characteristics and proneness to burnout : A study among psychiatrists / F.S. Naisberg, S. Fennig, G. Keinan A. Elizur // Stress Medicine. – 1991. – V. 1.7(4). – P. 201-205.

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

*Анастасия Игоревна Рачицкая, аспирант,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

Среди инвалидов с детства 85% приходится на инвалидность по психоневрологическому профилю. Инвалидность у детей приводит к существенному ограничению жизнедеятельности. В комплексной реабилитации детей с церебральным параличом важно использовать все многообразие средств как традиционных, так и современных технологий.

Ключевые слова: детский церебральный паралич, физическая реабилитация, методика.

PHISICAL REABILITATION OF SCHOOL AGE CHIDREN WITH CEREBRAL PALSY IN CONDITIONS OF EDUCATIONAL INSTITUTION

*Anastasiya Igorevna Rachitskaya, post-graduate student,
The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health,
St.-Petersburg*

Annotation

Among the persons disabled from childhood, 85% is put on psycho neurological disability. Disability among children leads to substantial living activities' restrictions. In complex rehabilitation of children with cerebral palsy it is important to use both traditional methods and modern technologies.

Key words: children cerebral palsy, physical rehabilitation, methodology.

За последние годы рост инвалидности в целом составил 8-10% при резком увеличении числа детей-инвалидов. Среди инвалидов с детства 85% приходится на инвалидность по психоневрологическому профилю [5].

Детский церебральный паралич возникает вследствие влияния различных повреждений плода во время беременности, в родах и в постнатальном периоде. Причиной генетического характера отводится минимальная роль, при этом ДЦП, в отличие от наследственно обусловленных заболеваний, не прогрессирует, напротив, по мере роста и развития ребенка может наблюдаться уменьшение клинических симптомов болезни [4].

Инвалидность у детей приводит к существенному ограничению жизнедеятельности, способствуя социальной дезадаптации, сопровождающейся затруднениями в самообслуживании, общении, обучении, овладении в будущем профессиональными навыками.

Поэтому в комплексной реабилитации детей с церебральным параличом важно использовать все многообразие средств восстановительной терапии, включая медицинскую, педагогическую, психологическую и социальную реабилитации [2].

При решении важных вопросов реабилитации акцент делается на процессы компенсации, адаптации, социализации и интеграции детей с церебральным парали-