

На правах рукописи

ВОЛКАНЕВСКИЙ Сергей Валерьевич

**РЕФЛЕКСИВНОСТЬ КАК ДЕТЕРМИНАНТА СИНДРОМА
«ПСИХИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ» ЛИЧНОСТИ**

Специальность 19.00.03 – Психология труда, инженерная психология,
эргономика

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Ярославль – 2010

Работа выполнена на кафедре психологии труда и организационной психологии ГОУ ВПО «Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова».

Научный руководитель – доктор психологических наук, профессор
член-корреспондент РАО
Карпов Анатолий Викторович

Официальные оппоненты: доктор психологических наук, профессор
Леньков Сергей Леонидович

кандидат психологических наук, доцент
Филатова Ольга Валерьевна

Ведущая организация – Казанский (Приволжский) федеральный университет

Защита состоится «_____» декабря 2010 года в _____ часов на заседании диссертационного совета Д 212.002.02 в Ярославском государственном университете им. П.Г. Демидова по адресу: 150057, г.Ярославль, проезд Матросова, д. 9, ауд. 208.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ЯрГУ им. П.Г. Демидова.

Автореферат разослан « ____ » ноября 2010 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета



Клюева Н.В

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. В современных условиях проблема психического выгорания личности как деструктивного фактора эффективности профессиональной деятельности особенно актуальна. Помимо снижения экономических показателей профессиональной деятельности, синдром выгорания провоцирует нарушения трудовой дисциплины и повышение степени заболеваемости профессионалов. При этом проблема психологического анализа синдрома выгорания является относительно новой и малоизученной, особенно в отечественной психологии. Для понимания психологической сущности, «природы» возникновения выгорания крайне важной задачей является выявление индивидуально-психологических факторов. В исследованиях психического выгорания отмечается необходимость учета всего спектра индивидуальных факторов при определении причин возникновения данного синдрома.

Проблема рефлексии, являясь комплексной и междисциплинарной, выступает одновременно и как фундаментальная общепсихологическая проблема. Рефлексивность раскрывается как профессионально-важное качество для широкого спектра видов деятельности. Особенно она важна для «субъект-субъектных» видов деятельности и, прежде всего, – управленческой, организационной, педагогической, административной и др. Следовательно, исходя из значимости и уникальности данного параметра, можно было бы ожидать и аналогичного – комплексного и всеобъемлющего его проявления в системе закономерностей организации деятельности, поведения, структуры личности. Этого, однако, не наблюдается, а современная психология (и общая, и социальная, и управленческая) располагает непропорционально малым объемом конкретных закономерностей, обусловленных параметром рефлексивности и связывающих его с иными характеристиками личности.

Психическое выгорание является относительно самостоятельным психическим феноменом, отличающимся от сходных психофизиологических состояний, таких как стресс, утомление, депрессия. Его структура представлена тремя компонентами: эмоциональным истощением, деперсонализацией и редукцией профессиональных достижений. Многочисленные исследования взаимосвязи выгорания и личностных особенностей профессионала выявили такие личностные детерминанты синдрома выгорания, как выносливость, «локус-контроля», стиль преодоления фрустрирующей ситуации, самооценка и т.д. При этом подчеркивается, что степень выраженности выгорания в большей степени зависит от структурной организации личностных детерминант, нежели от каждого в отдельности.

Теоретический анализ проблем рефлексии и синдрома выгорания показал, что ни в одной из отраслей психологической науки до настоящего времени не проводились исследования, находящиеся на стыке проблематики данных феноменов. Предпринятое нами исследование позволяет включить параметр рефлексивности в структуру факторов развития выгорания. С точки зрения практической значимости, установленная особенность позволяет расширить и дополнить существующие концепции источников развития выгорания, методов диагностики и профилактики синдрома выгорания.

Высокая теоретическая и практическая значимость в сочетании с недостаточным уровнем разработанности определила актуальность изучения проблемы диссертационного исследования.

Цель диссертационного исследования – изучение влияния рефлексивности как личностного свойства на формирование синдрома психического выгорания личности.

Общая цель диссертационного исследования конкретизируется в следующих **основных задачах работы:**

1. Провести теоретический анализ проблем рефлексии и синдрома психического выгорания личности в современной психологии как факторов профессионального становления личности.

2. Осуществить подбор методического инструментария исследования и организовать соответствующие процедуры его проведения.

3. Определить степень и характер связи между рефлексивностью и уровнем выгорания.

4. Выявить особенности детерминационного воздействия рефлексии на формирование синдрома выгорания в управленческой деятельности.

5. Провести структурный анализ взаимосвязи компонентов рефлексии и синдрома выгорания.

Гипотезы диссертационного исследования

Общая гипотеза исследования состояла в предположении, согласно которому существует значимая взаимодетерминация рефлексивности как личностного свойства и синдрома психического выгорания личности.

Общая гипотеза в процессе проведения эмпирического исследования конкретизировалась в следующих *частных гипотезах:*

1. Рефлексивность детерминирует развитие психического выгорания личности: чем выше уровень рефлексивности, тем интенсивнее формируются деструктивные компоненты синдрома выгорания.

2. Существуют различия в структурной организации компонентов выгорания и рефлексии при крайне высоких или низких показателях уровня развития данных психологических конструкторов.

Объект исследования – рефлексивность как личностное свойство и синдром психического выгорания.

Предмет исследования – взаимосвязь рефлексивности и психического выгорания личности.

Методологическую и теоретическую основу исследования составили:

– метакогнитивная парадигма исследования рефлексивных процессов (В.Н. Азаров, У. Брюер, В.Я. Буторин, А.В. Карпов, М. Келлер, М. Кэплинг, Л. Нарренс, Л. Нельсон, М. Феррари, Дж. Флейвелл, М.А. Холодная); теоретические концепции рефлексии в исследованиях управленческой деятельности (В.С. Дудченко, Е.С. Жариков, Ю.Д. Красовский, И.С. Мангутов, Л.И. Уманский, В.М. Шепель, Г.А. Шредер); концепция метакогнитивной организации деятельности, поведения и общения; концепция структурно-уровневой организации системы психических процессов; концепция интегральных психических процессов; психологическая теория рефлексивной регуляции деятельности (А.В. Карпов);

– современные теоретические подходы и эмпирические исследования психического выгорания (Н.В. Гришина, В.Е. Орел, Т.И. Ронгинская, А.А. Рукавишников, М.М. Скугаревская, Т.В. Форманюк, М. Burish, Н. Fredenberger, R. Golembiewsky, M. Leiter, T. Marek, C. Maslach, A. Pines, W. Schaufeli и др.);

– современные теоретические концепции профессионального становления личности (В.А. Бодров, С.П. Безносков, С.Л. Геллерштейн, Ю.М. Забродин, А.В. Карпов, Е.А. Климов, Н.В. Кузьмина, Т.В. Кудрявцев, А.К. Маркова, Ю.П. Поваренков, Н.П. Фетискин, В.Д. Шадриков и др.);

– системно-структурный подход к исследованию психических явлений и процессов (А.Я. Анцупов, А.В. Карпов, Б.Ф. Ломов, В.Д. Шадриков, А.И. Шипилов); системный подход в психологии (А.В. Карпов, В.П. Кузьмин, Б.Ф. Ломов, В.Д. Шадриков и др.).

Методы и методики исследования

1. Теоретические методы: анализ и изучение теоретических и практических исследований феноменов рефлексии и синдрома выгорания в отечественной и зарубежной психологии.

2. Психодиагностические методы:

– диагностика синдрома психического выгорания: методика Maslach Burnout Inventory (МБИ) (русскоязычная версия – В.Е. Орёл, А.А. Рукавишников), Опросник психического выгорания для работников социальных профессий (В.Е. Орёл, И.Г. Сенин);

– определение уровня развития рефлексии: методика диагностики рефлексивности (А.В. Карпов, В.В. Пономарева), методика уровня выраженности и направленности рефлексии (М. Грант), методика диагностики когнитивного стиля «рефлексивность-импульсивность» (Дж. Каган), Опросник метакогнитивной включенности в деятельность (МАИ), Опросник для диагностики уровня развития метапланирования (Д. Эверсон), методика для диагностики индивидуальной меры развития процессов самоконтроля (Г.С. Никифоров), методика оценки эффективности метакогнитивного поведения (Д. Ла Коста);

– диагностика процессуальных и результативных параметров управленческой деятельности: Опросник А.Л. Журавлева для определения стиля руководства коллективом, метод экспертной оценки эффективности деятельности руководителей.

3. Методы статистической обработки: коэффициент ранговой корреляции Спирмена (Spearman rank R); формулы корреляционного отношения между переменными. Данные обрабатывались программой «STATISTICA 5.5 for Windows», «Excel».

Исследование проводилось в несколько этапов.

I этап (2006) – теоретико-эмпирический, в процессе которого определялись концептуальные подходы к разработке темы, исходные позиции исследования. Было проведено первичное эмпирическое исследование взаимосвязи рефлексивности и синдрома выгорания личности.

II этап (2007) – эмпирический: проведена верификация полученных результатов первичного исследования на выборке руководителей. Проведен анализ связи рефлексивности и уровня психического выгорания с процессуальными и результативными параметрами управленческой деятельности.

III этап (2007-2010) – интерпретационно-эмпирический, проведено комплексное эмпирическое исследование детерминации различных компонентов рефлексии на формирование синдрома психического выгорания личности руководителя. Проводилось обобщение и теоретическое осмысление эмпирических данных, их анализ и интерпретация, систематизация результатов экспериментальной работы, литературное оформление диссертации.

Эмпирической базой исследования явились 250 профессионалов «субъект-субъектных» сфер деятельности.

На этапе первичного исследования участвовало 100 профессионалов, работающих в сфере финансов и транспорта (Департамент финансов Ярославской области, ГУ «Яроблтранском»). Возраст испытуемых от 25 до 56 лет. По половому составу распределение основной выборки следующее: 23 мужчины и 77 женщин.

На втором этапе исследования приняли участие 50 испытуемых, работающих на руководящих постах. Это работники Администрации Ярославской области и руководители автотранспортных предприятий в возрасте от 27 до 68 лет, из них 17 – женщин и 33 – мужчин.

На третьем этапе исследования было задействовано 100 испытуемых – руководителей различного уровня в возрасте от 28 до 67, из них 65 – мужчин и 35 – женщин.

Общий период проведения диссертационного исследования — 2006-2010 гг.

Достоверность и обоснованность исследования обеспечивались всесторонним анализом проблемы при определении исходных теоретико-методологических принципов; комплексом эмпирических и теоретических методов, адекватных целям и задачам исследования; сочетанием количественного и качественного анализа материалов; применением методов математической статистики; применением стандартных и обоснованных психодиагностических методов.

Научная новизна исследования

В работе впервые установлена закономерная взаимосвязь рефлексивных процессов и структурно-динамических компонентов синдрома психического выгорания личности.

Определен характер детерминации рефлексивных метапроцессов на развитие синдрома выгорания. Установлена положительная корреляция между показателями рефлексии и компонентами синдрома выгорания. Установлено, что рефлексивность в большей степени детерминирует уровень выгорания. Обнаружены существенные различия в структурах рефлексии у «выгоревших» и «невыгоревших» профессионалов. Выявлены различия в структурах выгорания у работников с низким и высоким уровнем рефлексивности. Проведена верификация установленных закономерностей на выборке руководителей. В работе определены закономерности взаимосвязи рефлексивности и уровня психического выгорания с процессуальными и результативными параметрами управленческой деятельности, проведено комплексное эмпирическое исследование детерминации различных компонентов рефлексии на формирование синдрома психического выгорания личности руководителя.

Показано, что рефлексия действительно обуславливает формирование психического выгорания и высокорефлексивные индивиды более склонны к негативному воздействию данного синдрома. Указанная тенденция получила свое подтверждение (хотя и менее ярко) на выборке руководителей.

Установлено, что в контексте управленческой деятельности наибольший вклад в развитие синдрома выгорания вносят компоненты рефлексии, относящиеся к когнитивному измерению. Наименьшее влияние на формирование синдрома выгорания оказывают компоненты коммуникативной рефлексии.

Отсутствие значимой взаимосвязи коммуникативного измерения рефлексии и компонентов выгорания свидетельствует о том, что социально ориентированный руководитель менее подвержен развитию выгорания.

Указанная тенденция сохраняется и в выборке руководителей различного уровня. При этом можно отметить, что компоненты рефлексии и выгорания в выборках руководителей среднего и низшего звена более тесно связаны между собой. Интегрированность метапроцессов рефлексии возрастает пропорционально уровню руководства, т.е. руководители высшего звена менее подвержены формированию деструктивных элементов выгорания за счет влияния рефлексивных метапроцессов.

Теоретическая значимость исследования определяется ее вкладом в решение проблемы установления детерминант синдрома выгорания личности. Результаты данного исследования открывают широкую перспективу дальнейшего изучения особенностей детерминационного воздействия рефлексивности на развитие синдрома психического выгорания личности.

Проведенное комплексное исследование взаимосвязи выгорания и рефлексии позволяет определить место рефлексивных метапроцессов в структуре психологических знаний о психических феноменах, влияющих на эффективность профессиональной деятельности. Соотнесение понятия выгорания с категорией рефлексивности позволяет в полной мере включить его в систему понятийного аппарата различных отраслей психологической науки, что является важным теоретическим результатом исследования. В современных условиях проблема изучения синдрома «психического выгорания» является крайне значимой и актуальной. Но, несмотря на большое количество эмпирических исследований, посвященных разным аспектам изучения выгорания, проблема далека еще от окончательного решения. При этом одной из приоритетных задач в изучении синдрома выгорания является определение факторов его возникновения и формирования. Теоретическая значимость работы заключается в том, что она является первым этапом в исследовании проблемы взаимосвязи рефлексивности и синдрома выгорания. Действительно, в современных и ранних научных публикациях посвященных изучению личностных детерминант синдрома выгорания не рассматривается закономерность влияния рефлексии на формирование данного синдрома.

Практическая значимость исследования. Результаты, полученные в ходе исследования, могут быть использованы для процедуры профотбора профессионалов субъект-субъектной сферы деятельности и профилактики возникновения синдрома выгорания. Результаты исследования способствуют решению прикладных задач в различных областях психологической практики: профессиональном консультировании, управленческом консультировании, психокоррекционной работе. Материалы, результаты и выводы научного исследования являются основой для разработки новых концепций формирования синдрома выгорания. Практическая значимость данной работы состоит в том, что она раскрывает новые, ранее не исследовавшиеся механизмы возникновения синдрома психического выгорания личности, позволяет расширить спектр факторов выгорания, обуславливает необходимость изучения особенностей влияния комплексных, интегральных психологических конструкторов на формирование синдрома выгорания личности профессионала. Выявленная в данной работе значимая детерминация выгорания параметром рефлексивности открывает новые перспективы в разработке проблемы факторов возникновения и

формирования синдрома выгорания и является объективной предпосылкой дальнейших исследований в рамках рассмотренной проблемы.

Положения, выносимые на защиту:

1. Общий уровень развития рефлексии и показатели рефлексивных метапроцессов взаимосвязаны с индексом выгорания и структурно-динамическими компонентами синдрома психического выгорания личности.

2. Рефлексия является детерминантом синдрома выгорания. Высокий уровень развития рефлексии выступает фактором формирования психического выгорания личности. В контексте управленческой деятельности данная закономерность проявляется менее значимо.

3. Существует тенденция, заключающаяся в дезинтеграции структуры выгорания и рефлексии при крайне высоких значениях друг друга по сравнению с организацией показателей выгорания и рефлексии в группах с низким значением изучаемых явлений.

4. Наибольший вклад в развитие синдрома выгорания вносят компоненты рефлексии, относящиеся к когнитивному измерению. Регулятивные и коммуникативные виды рефлексии оказывают меньшее влияние на формирование выгорания.

5. Процессуальные параметры управленческой деятельности, относящиеся к традиционному континууму общеуправленческих стилей, являются менее значимым фактором развития синдрома выгорания, чем рефлексивность.

6. Интегрированность метапроцессов рефлексии возрастает пропорционально уровню руководства и степени эффективности управленческой деятельности. Руководители высшего звена менее подвержены формированию деструктивных элементов выгорания за счет влияния рефлексивных метапроцессов.

Апробация и внедрение результатов исследования.

По теме диссертации опубликовано 6 научных статей, в том числе 1 – в журнале, рекомендованном ВАК РФ.

Диссертация обсуждалась на методологическом семинаре кафедры педагогики и педагогической психологии, на заседании кафедры организационной психологии и психологии труда Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова.

Результаты исследования внедрены в работу отделов подбора и оценки кадров Департамента финансов Ярославской области и Правительства Ярославской области.

Структура диссертации. Работа состоит из введения, трех глав, заключения, выводов, библиографического списка, включающего 143 источника, среди которых 20 – на английском языке, 15 приложений. В тексте диссертации – 16 таблиц, 12 рисунков. Общий объем работы – 180 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обосновывается актуальность проблемы исследования, ее теоретическая и практическая значимость, определяются объект, предмет, цель и гипотезы исследования, формулируются задачи, раскрывается научная новизна, указываются положения, выносимые на защиту.

В первой главе «Теоретический анализ проблемы рефлексии как интегрального психического свойства» дается общий обзор проблемы рефлексии, рассматривается специфика рефлексивных процессов, проводится анализ особенностей рефлексии как личностного свойства, раскрываются основные теоретические подходы к психологическому изучению рефлексии.

В первом параграфе определяется специфика рефлексии, характеризуются основные проблемы в научном исследовании рефлексии. Описывается уникальность рефлексии как психологического конструкта и различные подходы к изучению рефлексии.

Во втором параграфе рассматривается проблема рефлексии как личностного свойства, а также необходимость трактовки рефлексивности как способности личности.

Если рассматривать рефлексивность в функции способности, то следует признать у нее различия в индивидуальной мере выраженности – диапазон, в котором варьирует уровень ее развития. Отсюда следует, что свойство рефлексивности (и рефлексия как процесс, на котором оно основано) должно быть понято как имеющее различия в мере своей выраженности.

Принципиальная континуальность и квантифицируемость рефлексивности делают возможным ее рассмотрение как новой и очень важной независимой переменной в психологических исследованиях, в т.ч. и экспериментальных; ее трактовку как количественно измеримого «аргумента» в установлении новых функциональных зависимостей и связей. Например, открывается возможность для поиска и измерения количественных характеристик связи меры рефлексивности и эффективности управленческой деятельности; для определения корреляционных связей уровня рефлексивности и меры развития всех иных личностных и субъектных качеств, а тем самым – и для определения места рефлексивности в структуре личности (в т.ч. и личности руководителя).

В третьем параграфе рассматривается особенность влияния рефлексии на процессуальные и результативные параметры управленческой деятельности. До настоящего времени конкретные механизмы и закономерности рефлексивных процессов в общей организации деятельности остаются недостаточно раскрытыми. Приоритет имеет связь рефлексивности с процессуальной стороной управленческой деятельности, со стилем руководства, отражающим используемые руководителем методы, а не с собственно результативными параметрами деятельности, хотя и последнее также не исключено.

Рефлексивные процессы оказывают влияние и на результаты деятельности. Можно предположить, что между уровнем рефлексивности и эффективностью управленческой деятельности отсутствует прямая – линейная зависимость. В данном случае вероятна нелинейная связь типа оптимума. Кроме того, высокая рефлексивность значимо связана с высокой степенью тревожности, мнительности, нейротизма и склонностью к чувству вины.

Во второй главе «Анализ проблемы психического выгорания в отечественной и зарубежной психологии» определяется понятие психического выгорания, структура и основные факторы, рассматриваются индивидуально-психологические детерминанты выгорания.

В первом параграфе описывается феномен психического выгорания, дается развернутая характеристика различных периодов изучения выгорания. В зарубежной психологической литературе можно выделить два основных подхода к

определению выгорания и его симптоматики – результативный и процессуальный. Представители первого подхода рассматривают выгорание как некое состояние, включающее в себя ряд конкретных элементов. Несмотря на некоторую общность понимания выгорания в рамках результативного подхода, его сторонники отличаются в своих воззрениях на сущность феномена и структурные элементы, его составляющие.

В настоящее время существует единая точка зрения на сущность психического выгорания и его структуру. Согласно современным данным, под психическим выгоранием понимается состояние физического, эмоционального и умственного истощения, проявляющееся в профессиях социальной сферы. Этот синдром включает в себя три основные составляющие: эмоциональную истощенность, деперсонализацию (цинизм) и редукцию профессиональных достижений. Под *эмоциональным истощением* понимается чувство эмоциональной опустошенности и усталости, вызванное собственной работой. *Деперсонализация* предполагает циничное отношение к труду и объектам своего труда. В частности, в социальной сфере деперсонализация предполагает бесчувственное, негуманное отношение к клиентам, приходящим для лечения, консультации, получения образования и других социальных услуг. Наконец, *редукция профессиональных достижений* – возникновение у работников чувства некомпетентности в своей профессиональной сфере, осознание неуспеха в ней.

Проведенный анализ позволяет сделать заключение о том, что психическое выгорание является относительно самостоятельным психическим феноменом, отличающимся от сходных психофизиологических состояний, таких как стресс, утомление, депрессия.

Во втором параграфе рассматриваются основные группы факторов психического выгорания: внутренние (индивидуально-личностные) и внешние (рабочая среда). Анализируются данные о связи выгорания с личностными особенностями, профессиональной мотивацией и когнитивными процессами.

Определяются особенности взаимосвязи выгорания с отдельными личностными чертами.

Одной из наиболее популярных особенностей личности, связанных с выгоранием, является «личностная выносливость». Практически все авторы отмечают, что «выносливость» тесно связана со всеми тремя компонентами выгорания. Люди с высокой степенью данной характеристики имеют низкие значения эмоционального истощения и деперсонализации и высокие значения по шкале редукции профессиональных достижений.

Обнаружена также тесная связь между психическим выгоранием и локусом контроля, который традиционно подразделяется на внешний и внутренний. Люди с преобладанием внешнего локуса контроля склонны приписывать все происшедшее с ними или свои успехи случайным обстоятельствам или деятельности других людей, в то время как индивиды с внутренним локусом контроля считают свои достижения и все происшедшее с ними собственной заслугой, результатом своей активности, способностей или готовности к риску. В большинстве работ, посвященных этой тематике, отмечается наличие положительной корреляционной связи между внешним локусом контроля и составляющими выгорания, особенно эмоциональным истощением и деперсонализацией. Что касается профессиональной эффективности, то отмечается наличие положительной связи между внутренним локусом контроля и высокой оценкой профессиональной

эффективности, правда, данная тенденция подтверждается только для мужской выборки.

В ряде исследований выявлены взаимосвязи между выгоранием и такими особенностями личности, как тревожность, эмоциональная чувствительность и некоторыми другими.

Поскольку перечисленные выше исследования были посвящены изучению разрозненных личностных характеристик, они не создавали целостного впечатления о проявлениях выгорания. Своеобразной попыткой компенсации данного недостатка стало рассмотрение личностных детерминант выгорания с позиций обобщенных черт личности, теории черт или типологического подхода.

В третьем параграфе рассматривается влияние синдрома выгорания на процессуальные и результативные параметры управленческой деятельности.

Существует определенная связь между степенью выгорания и стилем управленческой деятельности, которая выражается в преобладании среди руководителей с высоким уровнем выгорания лиц, демонстрирующих прямо противоположные стили руководства – авторитарный и попустительский.

Полученные результаты исследования влияния выгорания на показатели профессиональной деятельности субъекта на индивидуально-психологическом уровне демонстрируют отрицательный характер этого воздействия, что проявляется в соответствующей корреляционной зависимости между удовлетворенностью трудом и выгоранием. Что касается объективных показателей профессиональной адаптации, то установлена значимая отрицательная корреляционная связь между степенью выгорания и оценкой эффективности работы.

В третьей главе «Эмпирическое исследование взаимосвязи рефлексивности и «психического выгорания» личности» представлено описание процедуры организации и методического обеспечения исследования, изложены полученные результаты и выводы эмпирического исследования.

В первом параграфе приведены этапы исследования, характеристика выборки, дано описание использованных в исследовании методик и статистических методов обработки данных.

Второй параграф посвящен первичному эмпирическому исследованию взаимосвязи рефлексивности и психического выгорания личности. На этапе первичного исследования участвовало 100 профессионалов, работающих в сфере финансов и транспорта (Департамент Финансов Ярославской области, ГУ «Яроблтранском»). Испытуемым предъявлялись одновременно три методики: Методика Maslach Burnout Inventory (MBI), Опросник психического выгорания для работников социальных профессий, Методика А.В. Карпова – В.В. Пономаревой на выявление уровня рефлексивности. Полученные данные были подвергнуты статистической обработке.

Для определения взаимосвязи между изучаемыми психологическими конструктами была рассчитана ранговая корреляция между общим уровнем выраженности рефлексивности и психического выгорания и их основными компонентами. Результаты представлены в табл. 1.

Результаты, полученные на первом этапе, полностью подтвердили предполагаемую связь между показателями рефлексивности и психическим выгоранием (табл. 1). Высокий уровень интеграции компонентов рефлексии и выгорания отражает полученный индекс когерентности равный 102, а также

отсутствие значимых отрицательных связей. Особенно тесной ($\alpha = 0,01$) оказалась связь между всеми показателями выгорания по обоим методикам и общим уровнем рефлексивности (РФ). Наибольшее количество положительно значимых связей с компонентами выгорания получила ретроспективная рефлексия (РФ1). Факторный вес данного показателя в общей системе равен 28, что значительно превышает количество связей, полученных другими видами рефлексии. Среди показателей выгорания наибольший факторный вес имеет эмоциональное истощение (ЕЕ = 16 и ПИ = 10). Также необходимо отметить, что связи, полученные по методике МВІ, оказались более значимыми, чем по методике ОПВ.

Таблица 1.

Матрица интеркорреляций показателей рефлексии и синдрома выгорания

	ИВ1	ИВ2	ЕЕ	DP	РА	ПИ	Д	СПЭ
РФ	0,32**	0,71**	0,70**	0,35**	0,55**	0,27**	0,26**	0,31**
РФр	0,24*	0,52**	0,60**	0,30**	0,34**	0,24*	0,21*	0,22*
РФа	0,04	0,25**	0,31**	0,22*	0,18	0,08	-0,02	0,02
РФп	0,11	0,42**	0,44**	0,13	0,37**	0,07	0,09	0,13
РФк	0,18	0,51**	0,60**	0,40**	0,27**	0,19*	0,11	0,17

Условные обозначения: РФ – общий уровень рефлексивности; РФр – ретроспективная рефлексия деятельности; РФа – рефлексия настоящей деятельности; РФп – рассмотрение будущей деятельности; РФк – рефлексия общения и взаимодействия с другими людьми; ПИ – психоэмоциональное истощение; Д – деперсонализация; СПЭ – самооценка профессиональной эффективности; ЕЕ – эмоциональное истощение; DP – деперсонализация; РА – оценка собственной эффективности;

* – связь значима при $\alpha = 0,05$; ** – связь значима при $\alpha = 0,01$.

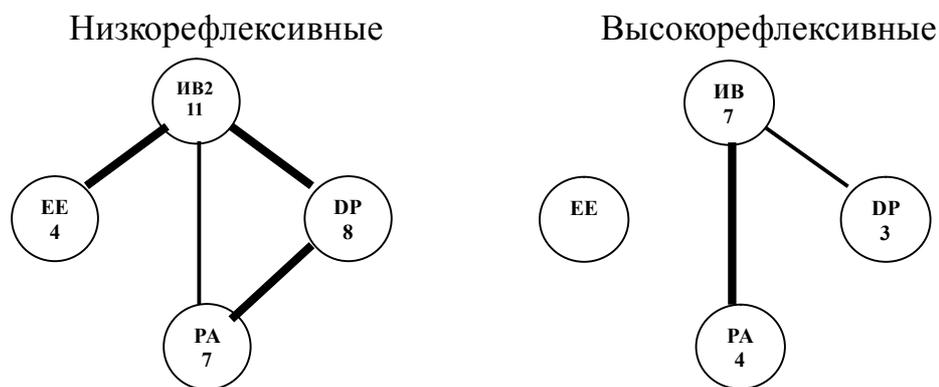
Результаты вычисления корреляционного отношения между общим уровнем рефлексивности и значением психического выгорания показывают, что рефлексивность в большей степени детерминирует уровень выгорания, хотя оба значения довольно высоки, что говорит о большом взаимовлиянии двух факторов.

Наличие значимого корреляционного отношения обоих типов ($\eta_{рф/пв}$ и $\eta_{пв/рф}$) показывает, что на самом деле связь уровня рефлексивности и показателя психического выгорания достаточно сложна, она является взаимной. С одной стороны, уровень развития рефлексивности как генетически заданного свойства является значимым фактором синдрома выгорания. Но, с другой стороны, сам развивающийся синдром выгорания может оказывать обратное влияние на рефлексивные процессы.

Для определения влияния изучаемых факторов на изменение структуры корреляции компонентов друг друга были построены четыре матрицы интеркорреляций: матрицы корреляций компонентов выгорания в группах высокорефлексивных и низкорефлексивных, а также матрицы корреляций компонентов (видов) рефлексии в группах «выгоревших» и «невыгоревших». Для наглядного изображения структуры значимых интеркорреляционных связей на основе результатов матричного анализа были построены четыре структурограммы (корелограммы).

Репрезентативные результаты были получены при сравнении уровня интегрированности структурограмм компонентов выгорания низкорефлексивных и высокорефлексивных испытуемых по методике МВІ. Индекс когерентности

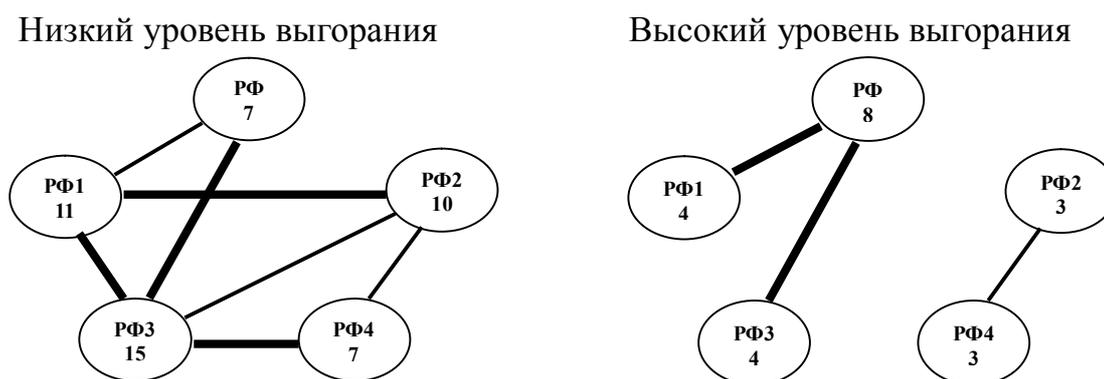
системы в группе низкорerefлексивных оказался более чем в два раза выше, чем в группе высокорerefлексивных. Также менее интегрированной оказалась общая система связей в структуре компонентов выгорания высокорerefлексивных. Следовательно, наиболее значимым и выраженным различием структуры выгорания в выборке высокорerefлексивных является ее большая дезинтегрированность, т.е. высокий уровень рефлексии приводит к деструктуризации системы компонентов выгорания (рис. 1).



Условные обозначения: ИВ — индекс выгорания; ЕЕ — эмоциональное истощение; DP — деперсонализация; РА — оценка собственной эффективности;

Рис. 1. Структурограммы компонентов выгорания в группах низкорerefлексивных и высокорerefлексивных испытуемых по методике МВИ

Теперь обратимся к анализу структурограмм показателей рефлексии в подгруппах «выгоревших» и «невыгоревших» (рис. 2).



Условные обозначения: РФ — общий уровень рефлексивности. РФр — ретроспективная рефлексия деятельности; РФа — рефлексия настоящей деятельности; РФп — рассмотрение будущей деятельности; РФк — рефлексия общения и взаимодействия с другими людьми.

Рис. 2. Структурограммы компонентов выгорания в группах низкорerefлексивных и высокорerefлексивных испытуемых

Здесь наблюдаются значительные различия как на количественном, так и на качественном уровне. ИКС в группе «невыгоревших» более чем в два раза превышает данный показатель в группе «выгоревших» (25 и 11). Также кардинальным образом отличается и общая композиция связей, т.е. рефлексия профессионалов с синдромом психического выгорания более дифференцирована, различные виды рефлексии менее зависимы друг от друга. Причем, с общим показателем рефлексивности коррелирует только ретроспективная рефлексия и рефлексия будущей деятельности, а рефлексия общения и взаимодействия с другими людьми, наряду с рефлексией настоящей деятельности, несколько «выпадает» из общей системы, т.е. в определенной мере снижается гуманистическая направленность профессионала, что является характерным проявлением выгорания.

Здесь важно принять во внимание многочисленные экспериментальные исследования, в которых выявлено деструктурирующее влияние психического выгорания на мотивационную и когнитивную сферы личности на всех уровнях ее организации: индивидуально-психологическом, социально-психологическом и социальном, т.е. тенденция, обнаруженная в нашем исследовании, является характерной для психического выгорания в плане его воздействия на важнейшие психологические сферы личности.

Третий параграф посвящен второму этапу эмпирического исследования взаимосвязи рефлексивности и синдрома выгорания личности, основной задачей которого было проведение верификации полученных результатов на выборке руководителей.

С практической точки зрения, важной задачей данного этапа исследования являлось определение совместного влияния рефлексии и синдрома выгорания на эффективность управленческой деятельности. Поэтому, исходя из установленной нами детерминационной роли рефлексии в развитии синдрома выгорания личности, нами было предпринято исследование, основной **целью** которого явилось изучение влияния рефлексивности, как личностного свойства на формирование синдрома психического выгорания в структуре личности руководителя.

В данном исследовании приняли участие 50 испытуемых работающих на руководящих постах: работники Администрации Ярославской области и руководители автотранспортных предприятий. Им одновременно предъявлялись четыре методики: Методика А.В. Карпова – В.В. Пономаревой на выявление уровня рефлексивности; Шкала социорефлексии методики диагностики уровня выраженности и направленности рефлексии М. Гранта; Методика Maslach Burnout Inventory (MBI); Опросник А.Л. Журавлева для определения стиля руководства коллективом.

Для получения материалов относительно результативной стороны деятельности был использован метод экспертной оценки эффективности деятельности руководителей. На основании теоретического анализа были определены основные параметры, характеризующие результаты работы руководителя, с помощью которых проводилась оценка. Эксперты должны были оценить эффективность руководителя по трем параметрам (эффективность управленческой деятельности, перспективы карьерного роста и самостоятельность в принятии управленческих решений). В качестве экспертов выступали вышестоящий руководитель, подчиненный, а также руководитель

смежных подразделений того же уровня. В дальнейшем, оценки всеми экспертами каждого руководителя усреднялись отдельно по параметрам, а на основе полученных показателей определялся средний итоговый балл. В математической обработке использовались как итоговые оценки, так и баллы, набранные в каждом из трех пунктов.

Проведенное нами исследование можно разделить на три основных этапа:

1. Этап макроанализа, в ходе которого определялись закономерности взаимосвязи основных, общих показателей изучаемых явлений (общий показатель индивидуальной меры выраженности рефлексии, индекс выгорания, интегральный показатель эффективности управленческой деятельности, степень директивности, коллегиальности и попустительства руководства).

2. Этап микроанализа. На данном этапе изучалась взаимосвязь показателей, являющихся структурными составляющими изучаемых явлений (основные шкалы синдрома выгорания – эмоциональное истощение, цинизм и редукция профессиональных достижений; виды рефлексии – ретроспективная рефлексия деятельности, рефлексия настоящей деятельности, рассмотрение будущей деятельности и рефлексия общения; критерии оценки эффективности деятельности руководителя – эффективность управленческой деятельности, перспективы карьерного роста, самостоятельность в принятии управленческих решений).

3. Структурный анализ организации показателей рефлексии и синдрома выгорания в «полярных» группах, значительно различающихся по уровню развития рефлексии, выгорания и степени эффективности управленческой деятельности.

На первом этапе были выявлены следующие основные закономерности (табл. 2): во-первых, установлена значимая корреляция ($\alpha = 0,95$) между показателем индивидуальной меры выраженности рефлексии и индексом выгорания. Данная закономерность подтверждает результаты, полученные нами ранее, хотя связь получилась менее тесной.

Таблица 2.

Ранговая корреляция общих показателей (Spearman Rank), N = 50

	Рефлексия	Индекс выгорания	Директивность	Коллегиальность	Попустительство	Эффект. управлен. деят-ти
Рефлексия		0,34*	0,21	0,31*	-0,29*	-0,15
Индекс выгорания			0,15	-0,02	0,11	0,13
Директивность				-0,24	0,06	-0,02
Коллегиальность					-0,60**	0,10
Попустительство						-0,11
Эффектив. управлен. деят-ти						

* – связь значима при $\alpha = 0,05$; ** – связь значима при $\alpha = 0,01$.

В результате подсчета корреляционного отношения между данными показателями было установлено, что рефлексия в большей степени детерминирует формирование синдрома выгорания.

Детерминирующее воздействие уровня выгорания на изменение рефлексивности можно рассматривать как слабо значимое, т.е. в данном случае в меньшей степени проявляется тенденция обратного влияния развивающегося синдрома выгорания на рефлексивные процессы.

Как показывают исследования проблемы «психического выгорания» негативному воздействию данного синдрома часто подвергаются высококвалифицированные, добросовестные работники, которые рассматривают свою деятельность как лично и общественно значимую и, как правило, в большей степени включены в ее выполнение. Можно предположить, что многоаспектная включенность в деятельность, которая характеризует высокорефлексивных индивидов, может привести к разочарованию, связанному с реальной оценкой содержания работы или осознанию недостаточной ее значимости в контексте деятельности всей организации. Анализируя коммуникативный аспект рефлексии, можно предположить, что высокорефлексивный индивид изначально склонен рассматривать проблемы клиентов как свои собственные и уровень психологических и эмоциональных затрат, который при этом существенно повышается, может привести к профессиональной деформации, связанной с циничным отношением к окружающим.

На данном этапе исследования нами были установлены значимые связи уровня развития рефлексивности с параметрами стиля руководства. Рефлексивность коррелирует с выраженностью коллегиального компонента стиля руководства на $a = 0,95$. Как показывают исследования, рефлексивность положительно коррелирует с некоторыми характеристиками взаимодействия руководителя с подчиненными, относящимися к коллегиальному стилю. Нами установлена отрицательная связь рефлексивности со степенью попустительства стиля руководства ($a = 0,95$).

Корреляционные взаимоотношения показателя рефлексивности со степенью выраженности стиля руководства оказались значимы только по отношению к двум стилям – коллегиальность и попустительство, причем в обоих случаях именно рефлексивность обуславливает выраженность стиля руководства, т.е. является факторным признаком.

В нашем исследовании не было обнаружено значимых корреляций между индексом выгорания и выраженностью стиля руководства (табл. 2). Как показывают исследования, «выгоранию» в большей степени подвержены руководители с преобладающим авторитарным стилем руководства. Это можно объяснить некоторыми психологическими особенностями людей такого типа. Отмечается, что индивидам авторитарного типа свойственно желание везде, всегда и над всем осуществлять доскональный контроль. При выполнении какой-либо деятельности такие люди все берут на себя и, соответственно, несут огромную ответственность за абсолютно все происходящее, что, конечно же, не может не сказаться на их характере и психологическом здоровье. Менее склонны к выгоранию руководители с попустительским стилем. Попустительское отношение к жизни и работе у либералов некоторым образом «спасает» их от эмоционального истощения. Им свойственно пускать все на самотек, у них присутствует

критическое отношение к окружающему, относительный негативизм и нигилизм, и одновременно с этим практически отсутствует стремление что-либо изменить в существующем порядке вещей. Для демократического типа в профессиональной деятельности более характерны мягкость, дипломатичность, разделение обязанностей и ответственности, более гуманное и оптимистическое отношение к миру. Поэтому демократы в меньшей степени подвержены «выгоранию». Если посмотреть на результаты нашего исследования, то можно увидеть, что описанная выше тенденция в них подтверждается, но на уровне слабой тенденции (табл. 2).

Если предположить, что выгорание с меньшей вероятностью формируется у руководителей-демократов, а рефлексия в наибольшей степени связана именно с коллегиальным стилем руководства, то можно сделать вывод, что стиль руководства является менее значимым фактором формирования выгорания по отношению к рефлексии. Это и объясняет наличие значимой положительной корреляции рефлексивности с индексом выгорания и отсутствие статистически значимых связей индекса выгорания с показателями стиля руководства.

Известно, что в управленческой деятельности особое значение имеют взаимоотношения руководителя с подчиненными. По сути, организация деятельности других является первоначальной задачей руководителя. Именно по этой причине необходимо было определить связь эффективности управленческой деятельности с чисто коммуникативным аспектом рефлексии. Для решения этой задачи нами было измерено значение социорефлексии по методике М. Гранта. Было выявлено, что данный параметр рефлексии значимо связан с эффективностью управленческой деятельности ($a = 0,95$), причем подсчет корреляционного отношения показал, что именно социорефлексия детерминирует степень эффективности управленческой деятельности. Такая закономерность связана со специфическим свойством рефлексии – парциальностью. Она заключается в том, что отдельные метапроцессы, входящие в состав рефлексии, могут являться ПВК для той или иной профессиональной деятельности, а другие наоборот могут затруднять работу профессионала. В данном случае социорефлексия, которая определяет взаимоотношение руководителя с подчиненными, является фактором, определяющим успешность управленческой деятельности.

При анализе связей между показателями рефлексии, стиля руководства и эффективности управленческой деятельности была выявлена значимая отрицательная корреляция видов рефлексии со степенью попустительства стиля руководства.

Данная тенденция характерна и для общего показателя рефлексивности. Высокорефлексивный руководитель в большей степени включен в выполнение собственной профессиональной деятельности. Он контролирует деятельность подчиненных, активно взаимодействует с ними и осуществляет постоянный мониторинг производственных процессов в организации.

Также нами установлено наличие высокосвязанных связей перспективной и коммуникативной рефлексии с коллегиальным стилем руководства (табл. 3). Можно предположить, что способность руководителя к планированию, прогнозированию, оценке перспектив деятельности в сочетании с активным взаимодействием с подчиненными, умением сплотить и понять проблемы и потребности коллектива способствует формированию и доминированию коллегиального стиля управления.

В матрице корреляций показателей психического выгорания, стиля руководства и эффективности управленческой деятельности значимой является связь шкалы эмоциональное истощение (ЕЕ) с выраженностью попустительского стиля руководства. Вероятно, психоэмоциональное истощение, которое является основным симптомом выгорания, приводит к тому, что руководитель снижает активность при реализации управленческих функций, отстраняется от работы, снижает контроль и требования к работе подчиненных.

Отрицательную связь директивности с показателем перспективы карьерного роста руководителя можно объяснить тем, что сам по себе директивный стиль является менее гибким, основывается на жесткой дисциплине, централизации власти. Возможно, эксперты полагают, что такому руководителю будет сложно создать «вертикаль власти» в новой должности и расположить к себе подчиненных.

В структурном анализе, прежде всего, необходимо отметить различия в структурограммах в группах с высоким и низким уровнем выгорания (рис. 3).

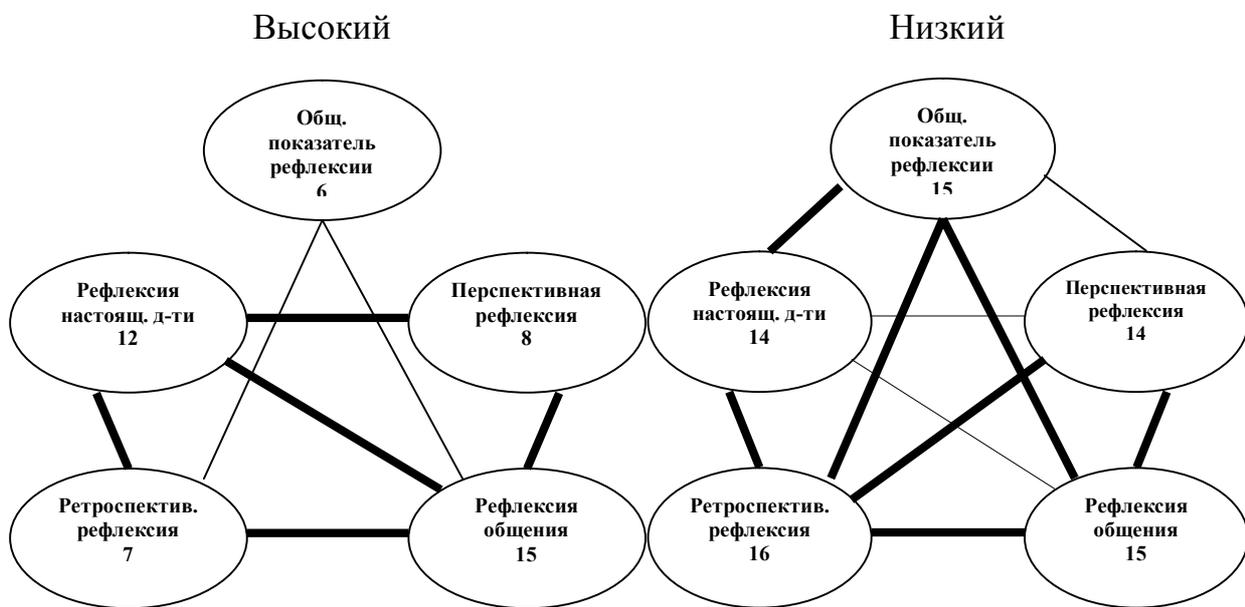


Рис. 3. Структурограммы компонентов рефлексии в группах испытуемых с высоким и низким уровнем выгорания

Здесь подтверждается тенденция, обнаруженная нами ранее. Она заключается в большей степени интегрированности компонентов рефлексии в группе с низким уровнем выгорания. Индекс организованности системы компонентов рефлексии в данной группе равен 37, на 11 баллов превышая аналогичный индекс в группе с высоким уровнем выгорания (26). Причем в группе руководителей, характеризующихся низким уровнем выгорания, в большей степени прослеживается связь отдельных компонентов рефлексии с общим показателем. В группе «выгоревших» он равен 6, в то время как весовой балл данного показателя в группе с низким уровнем выгорания равен 15. Показательным является то, что в первой группе каждый из видов рефлексии значимо связан с интегральным показателем рефлексии, а в группе «выгоревших» такая связь имеет место только

по отношению к перспективной рефлексии и рефлексии общения, т.е. можно предположить, что выгоревший профессионал в большей степени обеспокоен своим будущим и отношениями с окружающими.

Анализ структурограмм компонентов выгорания в полярных группах с различной степенью выраженности рефлексивности также позволил выявить ряд закономерностей.

Наиболее интегрированная композиция синдрома наблюдается в группе низкорефлексивных руководителей (ИОС=18), причем наибольший вес из трех основных структурных компонентов выгорания имеет шкала деперсонализация (DP). Если рассматривать коммуникативный аспект рефлексии, то можно предположить, что низкорефлексивный руководитель более равнодушно относится к своим подчиненным, соблюдает определенную дистанцию в общении с ними.

Менее интегрирована система показателей выгорания в группе с высоким уровнем рефлексивности (ИОС=16), хотя такое различие в значении индекса организованности нельзя считать существенным. Таким образом, тенденция, выражающаяся в дезинтеграции структуры синдрома выгорания в группе высокорефлексивных руководителей, которая была выявлена нами на первом этапе, в данном исследовании проявляется в значительно меньшей степени.

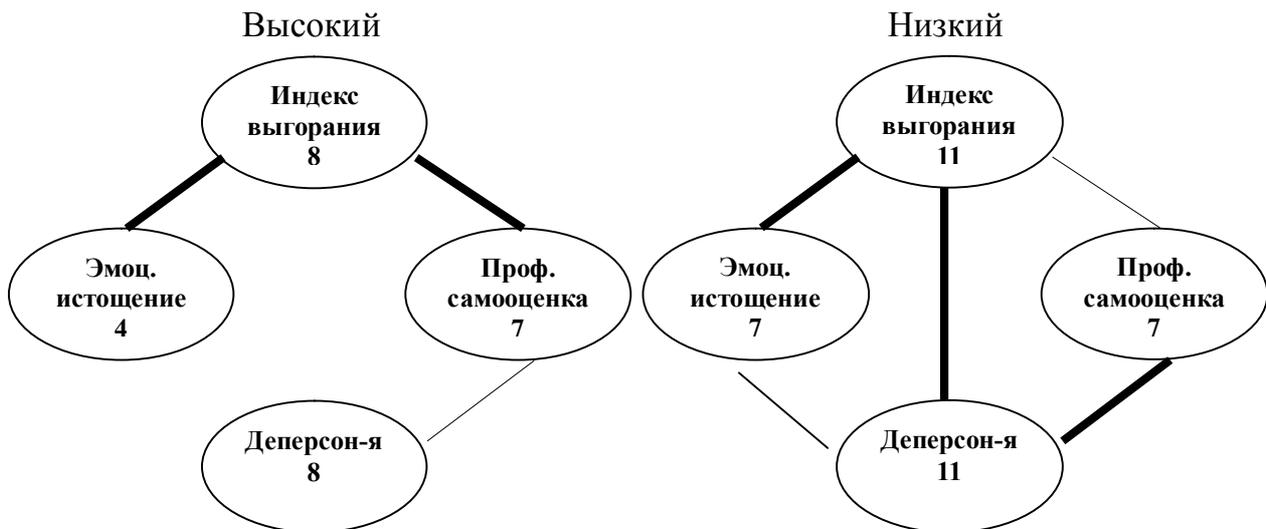


Рис. 4. Структурограммы компонентов выгорания в группах высокорефлексивных и низкорефлексивных испытуемых

Известно, что график зависимости эффективности управленческой деятельности от уровня развития рефлексии представляет собой инвертированную U-образную кривую. Логично предположить, что руководитель с менее выраженным синдромом выгорания будет более эффективным в своей профессиональной деятельности. Следовательно, вполне закономерно, что именно руководители со средним уровнем рефлексивности характеризуются менее выраженным синдромом выгорания, особенно, если учесть факт выпадения из системы важнейшего компонента выгорания эмоционального истощения.

Далее обратимся к анализу закономерностей организации компонентов рефлексии и выгорания в группах руководителей, отличающихся по степени эффективности управленческой деятельности.

Группа низкоэффективных руководителей характеризуется наименьшей степенью организованности рефлексивных компонентов (ИОС=21), т.е. внутренний мир низкорефлексивных руководителей распадается, и структурные компоненты рефлексии в нем приобретают более автономный характер. Данная тенденция согласуется с выявленной ранее закономерностью, заключающейся в дезинтеграции компонентов рефлексии у «выгоревших» профессионалов.

В группе высокоэффективных руководителей структура показателей рефлексии более организована (ИОС=31). В данной группе система компонентов рефлексии гармонично взаимосвязана. Пропорциональные весовые баллы каждого из видов рефлексии свидетельствуют о равномерном развитии рефлексивных способностей.



Рис. 5. Структурограммы компонентов рефлексии в группах высокоэффективных и низкоэффективных испытуемых

Установлено, что результативные параметры деятельности (в частности, управленческого типа) связаны с уровнем рефлексивности отношением оптимума. Эффективность деятельности максимальна на некотором, достаточно высоком, но не предельном его значении. При этом отмечается, что оптимальный уровень развития рефлексии характеризуется сочетанием высокой интегрированности метапроцессов с достаточной степенью их дифференцированности, т.е. оптимальный уровень рефлексии локализован не строго в середине ее общего континуума, а соотносится с ее значениями выше среднего. Как показывают результаты нашего исследования, наиболее эффективные руководители характеризуются уровнем организованности системы компонентов рефлексии выше среднего, что соответствует данной тенденции.

Наиболее неоднозначная картина наблюдается в организации показателей выгорания в группах низкоэффективных и высокоэффективных индивидов. Структурограммы высокоэффективных и низкоэффективных руководителей зеркально совпадают и, соответственно, не отличаются ни на качественном, ни на количественном уровне. Причем в данных корелограммах имеются высокосвязанные связи основных шкал выгорания с интегральным показателем и отсутствуют связи между шкалами. В группе низкоэффективных руководителей такой пропорциональный «вклад» каждого компонента выгорания в общий показатель его выраженности скорее всего связан с всесторонним развитием синдрома и невозможностью его компенсации формированием частной профессиональной деформации. В группе эффективных руководителей высокая степень интеграции компонентов выгорания с интегральным показателем свидетельствует о равномерном развитии синдрома без чрезмерного проявления каждого из трех основных факторов выгорания.

Четвертый параграф работы посвящен третьему этапу исследования взаимосвязи рефлексивности и синдрома выгорания личности.

Перед проведением данного исследования нами была сформулирована гипотеза о том, что, исходя из парциальности детерминации рефлексии, различные ее компоненты различным образом воздействуют на формирование синдрома выгорания.

В исследовании приняли участие 100 испытуемых – руководителей разного уровня Администрации Ярославской области, Департамента финансов Ярославской области, ГУ «Яроблтранском», автотранспортных предприятий (руководители высшего, среднего и низшего звена). Испытуемым предъявлялись следующие методики: Методика Maslach Burnout Inventory (MBI); Опросник психического выгорания для работников социальных профессий; Методика А.В. Карпова – В.В. Пономаревой на выявление уровня рефлексивности как личностного свойства; Шкалы ауторефлексии и социорефлексии методики М. Гранта; Методика Дж. Кагана для диагностики когнитивного стиля «рефлексивность-импульсивность»; Методика диагностики метакогнитивной включенности в деятельность (МАИ); Методика Д. Эверсон для диагностики уровня развития метапланирования; Методика Г.С. Никифорова для диагностики индивидуальной меры развития процессов самоконтроля; Методика оценки эффективности метакогнитивного поведения Д. Ла Коста.

Таким образом, с помощью данной батареи психодиагностических методик, направленных на изучение трех основных измерений рефлексивных метапроцессов (когнитивного, регулятивного и коммуникативного), анализировался вклад различных аспектов рефлексии в формирование синдрома выгорания личности.

На аналитическом этапе исследования определялись индексы интеркорреляций показателей рефлексивности и синдрома психического выгорания личности (табл. 4).

Представленные результаты свидетельствуют о том, что наибольший вклад в развитие синдрома выгорания вносят компоненты рефлексии, относящиеся к когнитивному измерению. Наименьшее влияние на формирование синдрома выгорания оказывают компоненты коммуникативной рефлексии.

Таблица 4.

Матрица интеркорреляций показателей рефлексии и синдрома выгорания в общей выборке (N=100)

Измерение рефлексии	Показатели	ИБ1	ИБ2	ЕЕ	DP	РА	ПИ	Д	СПЭ
		Когнитив. рефлексия	РФр	0,11	0,20*	0,05	0,09	0,14	0,15
РФа	0,23*		0,27**	0,22*	0,18	0,19*	0,35**	0,14	0,19*
РФп	0,03		-0,15	0,04	0,01	0,02	-0,14	0,05	0,08
а-РФ	0,38**		0,24*	0,25**	0,18	0,42**	0,14	0,18	0,33**
РФкс	0,22*		0,03	0,17	0,09	0,29**	0,02	0,01	0,01
Регулят. рефлексия	МАИ	-0,14	-0,22*	-0,03	-0,12	-0,16	-0,07	-0,25**	-0,13
	МПл	0,11	-0,12	0,05	0,17	0,09	-0,03	0,01	-0,16
	СК	0,26**	0,14	0,22*	0,19*	0,33**	0,1	0,13	0,17
	МК	-0,16	0,15	0,09	0,12	0,18	0,2	0,17	0,12
Коммуник. рефлексия	с-РФ	-0,15	-0,12	-0,14	-0,18	-0,16	-0,17	-0,09	-0,05
	РФк	0,19*	0,16	0,17	0,15	0,11	0,13	0,14	0,03

Условные обозначения: РФ – общий уровень рефлексивности. РФр – ретроспективная рефлексия деятельности; РФа – рефлексия настоящей деятельности; РФп – рассмотрение будущей деятельности; РФк – рефлексия общения и взаимодействия с другими людьми; а-РФ – «ауто-рефлексия»; РФкс – рефлексивность как когнитивный стиль; МАИ – метакогнитивная включенность в деятельность; МПл – метапланирование; СК – самоконтроль; МК – метаконтроль; с-РФ – «социо-рефлексия»; ПИ – психозэмоциональное истощение Д – деперсонализация; СПЭ – самооценка профессиональной эффективности; ЕЕ – эмоциональное истощение; DP – деперсонализация; РА – оценка собственной эффективности;

* – связь значима при $\alpha = 0,05$; ** – связь значима при $\alpha = 0,01$.

Наиболее тесно показатели выгорания коррелируют с ауторефлексией и рефлексией настоящей деятельности. Таким образом, можно предположить, что руководитель, обладающий высоким уровнем выраженности рефлексивных процессов, направленных на анализ актуальных событий, более подвержен негативному влиянию синдрома выгорания.

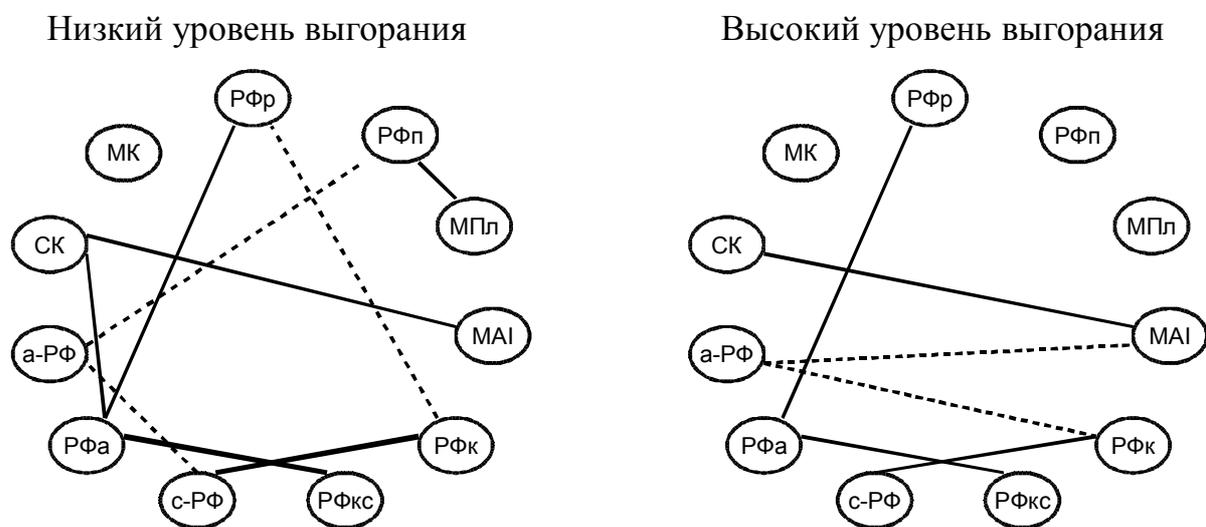
Процессы самовосприятия, анализа деятельности в крайних значениях оказывают негативное воздействие и способствуют формированию выгорания. Также негативным фактором в плане развития выгорания выступает ориентация на самоконтроль.

В то же время, способность к метакогнитивной включенности в выполняемую деятельность является важнейшей «метакомпетенцией», детерминирующей успешность профессиональной деятельности и высокий уровень личностного развития. Именно показатель метакогнитивной включенности в деятельность отрицательно коррелирует с компонентами выгорания. Отсутствие значимой взаимосвязи коммуникативного измерения рефлексии и компонентов выгорания свидетельствует о том, что социально ориентированный руководитель менее подвержен развитию выгорания.

Указанная тенденция сохраняется и в выборке руководителей различного уровня. При этом можно отметить, что компоненты рефлексии и выгорания в выборках руководителей среднего и низшего звена более тесно связаны между собой. При этом интегрированность метапроцессов рефлексии возрастает пропорционально уровню руководства, т.е. руководители высшего звена менее подвержены формированию деструктивных элементов выгорания за счет влияния рефлексивных метапроцессов.

Это еще раз доказывает, что макропроцесс рефлексии в принципе не сводим к аддитивной совокупности входящих в него метапроцессов. Суть рефлексии заключается во взаимодействии этих процессов, в результате чего формируется специфическое для нее новое процессуальное содержание.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что степень интегрированности системы рефлексивных компонентов руководителей с высоким уровнем выгорания значительно ниже, что подтверждает вышеизложенные тенденции (рис. 6).



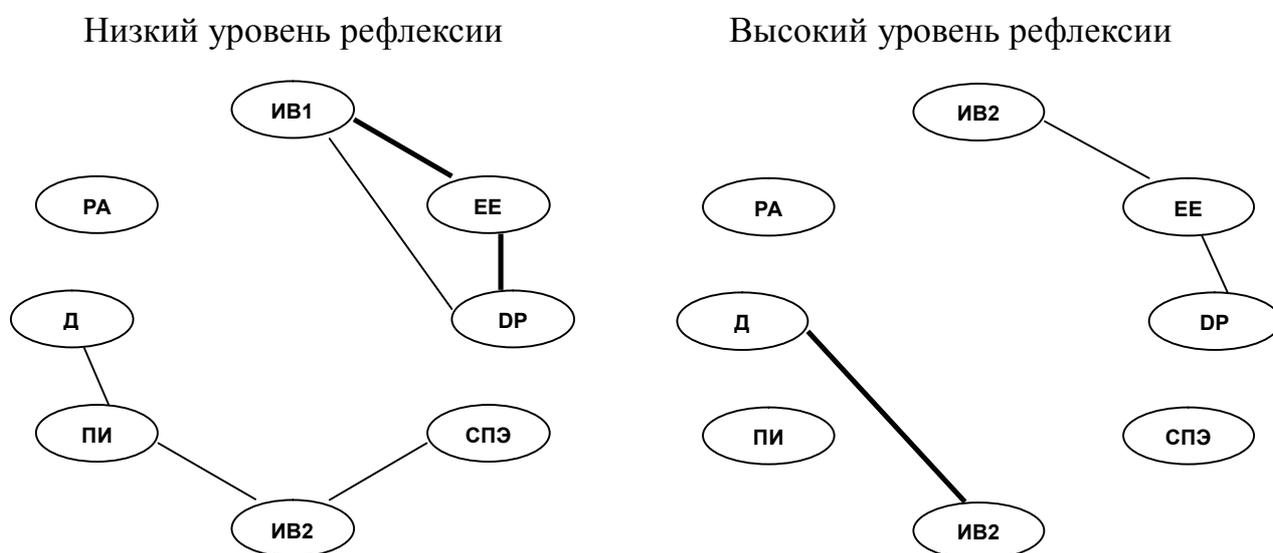
Условные обозначения: РФ – общий уровень рефлексивности. РФр – ретроспективная рефлексия деятельности; РФа – рефлексия настоящей деятельности; РФп – рассмотрение будущей деятельности; РФк – рефлексия общения и взаимодействия с другими людьми; а-РФ – «ауто-рефлексия»; РФкс – рефлексивность как когнитивный стиль; МАИ – метакогнитивная включенность в деятельность; Мпл – метапланирование; СК – самоконтроль; МК – метаконтроль; с-РФ – «социо-рефлексия». — - связи, значимые на уровне $p = 0,99$; - - - связи, значимые на уровне $p = 0,95$; Сплошные линии отображают положительные связи, а пунктирные – отрицательные.

Рис. 6. Корреллограмма метапроцессов рефлексии в группах испытуемых с низким и высоким уровнем выгорания

Полученные результаты подтверждают тенденцию, обнаруженную нами ранее, которая заключается в большей степени интегрированности компонентов рефлексии в группе с низким уровнем выгорания. Индекс когерентности системы компонентов рефлексии в данной группе превышает аналогичный индекс в группе с высоким уровнем выгорания. В то же время индекс организованности компонентов рефлексии в группе испытуемых с низким уровнем выгорания практически равен аналогичному индексу в группе «выгоревших» руководителей.

Анализ структурограмм компонентов выгорания в полярных группах с различной степенью выраженности рефлексивности также позволил выявить ряд закономерностей (рис. 7).

Наиболее значимым и выраженным различием структуры выгорания высокорефлексивных является ее большая дезинтегрированность, т.е. высокий уровень рефлексии приводит к деструктуризации системы компонентов выгорания.



Условные обозначения: ИВ1 – индекс выгорания по методике МВИ; ИВ2 – индекс выгорания по методике ОПВ; ПИ – психоэмоциональное истощение; Д – деперсонализация; СПЭ – самооценка профессиональной эффективности; ЕЕ – эмоциональное истощение; ДР – деперсонализация; ПА – оценка собственной эффективности;

— - связи, значимые на уровне $p = 0,99$; — - связи, значимые на уровне $p = 0,95$.

Сплошные линии – положительные связи, а пунктирные – отрицательные.

Рис. 7. Кореллограмма компонентов выгорания в группах испытуемых с низким и высоким уровнем рефлексии

Итак, представленные результаты вскрывают достаточно сложные закономерности взаимодействия рефлексии и синдрома выгорания, а также закономерности их влияния на эффективность управленческой деятельности.

Во-первых, нами было показано, что рефлексия действительно обуславливает формирование психического выгорания, и высокорефлексивные индивиды более склонны к негативному воздействию данного синдрома.

Указанная тенденция, выявленная нами ранее, получила свое подтверждение (хотя и менее ярко) и на выборке руководителей. Такая закономерность позволяет включить рефлексивность в спектр факторов выгорания и обуславливает необходимость изучения совместного влияния данных факторов на эффективность деятельности.

Теоретические данные о связи рефлексии и выгорания с процессуальным аспектом управленческой деятельности в целом нашли подтверждение и в нашей работе. Высокорексивные руководители склонны использовать «мягкие» приемы управления, соответствующие коллегиальному стилю. Выгорание же в большей степени проявляется в выборке, характеризующейся противоположными стилями – авторитарным и попустительским.

В отношении результативного параметра управленческой деятельности основной вывод состоит в том, что эффективность руководителя обусловлена, прежде всего, коммуникативным ее аспектом. Если рассматривать синдром выгорания как фактор, снижающий эффективность деятельности (хотя в нашем исследовании не было установлено подобной тенденции), то можно предположить, что выгоревшие индивиды в большей степени характеризуются высокой степенью выраженности саморефлексии, а не рефлексии, направленной на взаимодействие с другими. Соответственно, наиболее целесообразным является рассмотрение детерминационного воздействия рефлексии на выгорание не на уровне общей меры выраженности рефлексии, а путем анализа индивидуальной меры выраженности тех метапроцессов, которые лежат в ее основе. Это позволит выявить рефлексивные метапроцессы, которые вносят наибольший вклад в формирование выгорания.

Проведенное нами исследование проблемы взаимосвязи рефлексии и синдрома психического выгорания личности позволяет сделать следующие основные научные и практические **выводы**:

1. Существует значимая закономерная взаимосвязь рефлексивных метапроцессов и структурно-динамических компонентов синдрома психического выгорания личности.

2. Профессионалы с высоким показателем общей меры выраженности рефлексии более склонны к развитию психического выгорания личности, т.е. высококорексивные индивиды находятся в «группе риска» по отношению к негативному воздействию синдрома выгорания.

3. Наибольший факторный вес в структуре взаимосвязи компонентов выгорания с показателями рефлексии имеет эмоциональное истощение и ретроспективная рефлексия. В контексте управленческой деятельности таковыми показателями являются редукция профессиональных достижений, ауторефлексия и актуальная рефлексия.

4. Структуры компонентов выгорания и рефлексии при крайне высоких значениях друг друга становятся менее интегрированными. Такая тенденция характерна для синдрома выгорания в плане его воздействия на основные сферы личности.

5. В работе установлено, что среди составляющих рефлексии наиболее значимое влияние на формирование синдрома выгорания оказывают когнитивные метапроцессы. Детерминационное воздействие регулятивных и коммуникативных видов рефлексии менее выражено.

6. Основопологающей закономерностью детерминационной роли рефлексии является структурная организация рефлексивных процессов. Степень интегрированности структурной организации компонентов рефлексии увеличивается пропорционально уровня руководства и эффективности управленческой деятельности.

7. Стили руководства оказывают менее значимое влияние на развитие синдрома выгорания, чем рефлексивность. Высокий уровень развития рефлексии положительно коррелирует с коллегиальным стилем руководства и имеет отрицательную корреляцию с попустительским стилем.

Основное содержание работы отражено в 6 публикациях:

Публикации в издании, рекомендованном ВАК РФ:

1. Волканевский, С.В. Рефлексивность как детерминанта синдрома психического выгорания личности / С.В. Волканевский // Вестник Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова. Серия: Гуманитарные науки. – Ярославль, 2008. – № 6. – С. 38-42.

Другие научные публикации:

2. Волканевский, С.В. Рефлексивность как детерминанта синдрома психического выгорания личности // Социальная психология XXI столетия. – Ярославль : МАПН, 2007. – Т. 1. – С. 136-142.

3. Волканевский, С.В. Структурный анализ взаимосвязи рефлексивности и синдрома «психического выгорания» личности // Научный поиск : сборник научных работ студентов, аспирантов, и преподавателей. – Ярославль : ЯрГУ им. П.Г. Демидова, 2005. – Вып 7. – С. 74-80.

4. Волканевский, С.В. Экспериментальное исследование взаимосвязи рефлексивности и синдрома «психического выгорания» личности // Научный поиск : сборник научных работ студентов, аспирантов, и преподавателей. – Ярославль : ЯрГУ им. П.Г. Демидова, 2005. – Вып. 7. – С. 80-86.

5. Волканевский, С.В. Эмпирическое исследование влияние рефлексивных процессов на синдром «психического выгорания» личности // Научный поиск : сборник научных работ студентов, аспирантов, и преподавателей. – Ярославль : ЯрГУ им. П.Г. Демидова, 2010. – Вып. 11.

6. Волканевский, С.В. Структурный анализ взаимосвязи системы рефлексивных процессов и синдрома «психического выгорания личности» // Научный поиск : сборник научных работ студентов, аспирантов, и преподавателей. – Ярославль : ЯрГУ им. П.Г. Демидова, 2010. – Вып. 11.

Подписано в печать 1.11.10. Формат 60x84/16.

Бумага оф. Отпечатано на ризографе.

Тираж 100 экз. Заказ 44/10.

Отдел оперативной полиграфии ЯрГУ
150000, Ярославль, ул. Советская ,14