

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ У ВОЕННО-МОРСКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ С ПРИЗНАКАМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

*П. А. Сошкин*

Государственный научно-исследовательский испытательный институт военной медицины  
Министерства обороны Российской Федерации, Санкт-Петербург, Россия

*Введение.* Формирование синдрома профессионального выгорания во многом определяется устойчивыми характеристиками личности, которые определяют пластичность реагирования на ситуацию и ее приспособление, что предопределяет актуальность их изучения.

*Цель:* оценить личностные особенности на основании применения методики СМИЛ у военно-морских специалистов, у которых имеются (или отсутствуют) признаки профессионального выгорания.

*Материалы и методы.* Обследовалось 250 военно-морских специалистов в возрасте от 25 до 45 лет, разделенных на две группы — с отсутствием (1-я группа, 91 человек) и наличием (2-я группа, 159 человек) признаков профессионального выгорания, у которых определялись черты личности.

*Результаты и их обсуждение.* Установлено, что у военно-морских специалистов с признаками профессионального выгорания по сравнению с лицами, у которых его нет, отмечаются достоверно более высокие показатели по шкалам коррекции, активности, мужественности, а также достоверно более низкие показатели по шкалам ригидности и тревожности. Однако эти показатели находились в пределах средних нормативных значений и носили относительный характер.

*Заключение.* Полученные данные могут использоваться в ряду других критериальных ориентиров на этапе отбора военно-морских специалистов, так как личностные особенности, являясь устойчивыми психологическими образованиями, могут быть своего рода демпфером, предотвращающим формирование неблагоприятных функциональных состояний у обследуемых лиц.

**Ключевые слова:** морская медицина, военно-морские специалисты, профессиональное выгорание, стресс, личностные особенности

Контакт: Сошкин Павел Александрович, [soshkin-med@yandex.ru](mailto:soshkin-med@yandex.ru)

© Soshkin P.A., 2021

## COMPARATIVE ANALYSIS OF PERSONAL FEATURES IN NAVAL SPECIALISTS WITH SIGNS OF PROFESSIONAL BURN OUT

*Pavel A. Soshkin*

State Scientific Research Test Institute of the Military Medicine, St. Petersburg, Russia

*Introduction.* The formation of professional burnout syndrome is largely determined by stable personality characteristics, which determine the plasticity of responding to a situation and its adaptation, which predetermines the relevance of their study.

*Purpose:* to assess personal characteristics based on the application of the SMIL methodology in naval specialists who have (or do not have) signs of professional burnout.

*Materials and methods.* The study involved 250 naval specialists aged 25 to 45, divided into 2 groups — with the absence (group 1 (n=91 people)) and the presence (group 2 (n=159 people)) signs of professional burnout, in which personality traits.

*Results and its discussion.* It was found that naval specialists with signs of professional burnout, in comparison with those who do not have it, have significantly higher indicators on the scales of correction, activity, masculinity, as well as significantly lower indicators on the scales of rigidity and anxiety; however, these indicators were within the average normative values and were of a relative nature.

*Conclusion.* The obtained data can be used in applied terms as one of the criterion guidelines at the stage of selection of naval specialists, since personality traits, being stable psychological formations, can be a kind of damper preventing the formation of unfavorable functional states in the examined persons.

**Key words:** marine medicine, naval specialists, professional burnout, stress, personality traits

Contact: *Soshkin Pavel Aleksandrovich*, [soshkin-med@yandex.ru](mailto:soshkin-med@yandex.ru)

**Конфликт интересов:** автор заявил об отсутствии конфликта интересов.

**Для цитирования:** Сошкин П.А. Сравнительный анализ личностных особенностей у военно-морских специалистов с признаками профессионального выгорания // *Морская медицина*. 2021. Т. 7, № 1. С. 48–53, <http://dx.doi.org/10.22328/2413-5747-2021-7-1-48-53>.

**Conflict of interest:** the author have declare no conflict of interest.

**For citation:** Soshkin P.A. Comparative analysis of personal features in naval specialists with signs of professional burn out // *Marine medicine*. 2021. Vol. 7, No. 1. P. 48–53, <http://dx.doi.org/10.22328/2413-5747-2021-7-1-48-53>.

**Введение.** Профессиональная деятельность военно-морских специалистов осуществляется в условиях воздействия неблагоприятных факторов среды обитания и быстроменяющейся окружающей среды, а также сопряжена с необходимостью быстрого принятия решений в короткие сроки с сопутствующим информационным и физиологическим стрессом, приводя тем самым к формированию у них профессионального выгорания [1, с. 106–108; 2, с. 56–57; 3, с. 175–177; 4, с. 173–175].

Проблема изучения профессионального выгорания (ПВ) у контингента военно-морских специалистов весьма актуальна в силу быстрого распространения данного неблагоприятного функционального состояния. Важно исследовать феномен ПВ, так как он затрагивает личностную структуру военно-морских специалистов и влияет на успешность выполнения ими учебно-боевых задач.

Следует отметить, что симптомы ПВ являются достаточно распространенными среди представителей профессий, деятельность которых протекает в условиях постоянных психологических перегрузок, дефицита времени, преодоления проблемных профессиональных ситуаций, необходимости частых контактов и вынужденного общения в условиях сенсорной депривации и воздействия неблагоприятных факторов среды обитания. В то же время современный военно-морской специалист должен постоянно учиться, повышать свою квалификацию и овладевать новыми быстро меняющимися технологиями. По В. В. Бойко эмоциональное выгорание представляет собой механизм психологической защиты, которая позволяет полностью или частично выключать эмоциональные проявления в ответ на психотравмирующие воздействия [5, с. 75–78].

К. Маслач выделяет три составляющие синдрома ПВ: эмоциональную истощенность, деперсонализацию и редукцию профессиональных достижений. Эмоциональное истощение отражает чувство эмоциональной усталости от работы. Деперсонализация проявляется цинизмом по отношению к выполняемой деятельности, бесчувственным, формальным, обезличенным отношением к окружающим. Редукция профессиональных достижений проявляется возникновением чувства некомпетентности в профессиональной деятельности, осознанием своей неуспешности в ней [6, с. 100–103].

В то же время ПВ как феномен может накладывать отпечаток на личностные особенности человека. Однако, несмотря на наличие ряда работ, посвященных изучению синдрома ПВ, по-прежнему малоизученными остаются вопросы о причинах выгорания военно-морских специалистов с точки зрения анализа их личностных особенностей, а имеющиеся данные являются разнородными и фрагментарными. При этом ряд зарубежных авторов в качестве главной причины формирования ПВ выделяют эмоциональное истощение, не указывая конкретные факторы, которые приводят к такому состоянию [6, с. 55–60; 7, с. 3–6; 8, с. 287–291]. В отечественной науке выделяются разнообразные причины, которые могут приводить к профессиональному выгоранию, среди которых выделяются условия среды обитания, стресс на рабочем месте и ресурсы личности [5, с. 100–105; 9, с. 152–154; 10, с. 45–47; 11, с. 6–10; 12, с. 291–295]. Однако в доступной научной литературе отсутствует целостное описание соотношения профессиональной деятельности и личностных особенностей военно-морских специалистов. Таким образом, новизна настоящей работы определяется рассмотре-

нием возможных соотношений личностной структуры и профессионального выгорания.

В соответствии с определением Всемирной Организации Здравоохранения (2001), синдром выгорания (burnout syndrome) — это проявление физического, эмоционального или мотивационного истощения, которое характеризуется снижением работоспособности и утомляемостью, нарушением сна, повышенной склонностью к соматическим заболеваниям, а также стремлением к употреблению алкоголя или психоактивных веществ в надежде получить облегчение состояния, что приводит к формированию физиологической зависимости и саморазрушающему поведению. Данное состояние может рассматриваться как стрессовая реакция на завышенные требования со стороны выполняемой деятельности и окружения, в связи с чем человек переутомляется на работе и начинает пренебрегать семейной жизнью и отдыхом [9, с. 154; 11, с. 9–12].

Для предотвращения формирования синдрома ПВ важное значение приобретает учет личностных особенностей профессионала, так как этот уровень может позволить на этапе отбора осуществлять отсев тех лиц, которые наиболее подвержены формированию данного неблагоприятного функционального состояния [5, с. 25–30; 11, с. 6–8].

**Цель исследования:** оценить личностные особенности на основании результатов применения методики СМИЛ у военно-морских специалистов, у которых имеются (или отсутствуют) признаки профессионального выгорания.

**Задачи исследования:** провести сравнительный анализ показателей личностных особенностей как устойчивых образований у военно-морских специалистов с признаками профессионального выгорания и с их отсутствием; показать возможное прикладное значение полученных результатов.

**Материалы и методы.** Из 849 военно-морских специалистов в возрасте от 25 до 45 лет с использованием процедуры рандомизации и отбора случайной выборки в соответствии с требованиями стандарта «ГОСТ Р ИСО 24153-2012 Статистические методы. Процедуры рандомизации и отбора случайной выборки» было отобрано 250 военно-морских специалистов в возрасте от 25 до 45 лет (средний возраст  $35,2 \pm 10,2$  года), разделенных на две группы. В 1-ю группу ( $n=91$ ) включены лица с отсутствием признаков профессионального выгора-

ния, во 2-ю группу ( $n=159$  человек) — лица с признаками профессионального выгорания. Отнесение к указанным группам осуществлялось на основе результатов применения методики диагностики эмоционального выгорания личности (В. В. Бойко). В дальнейшем в каждой из указанных групп изучались показатели стандартизированного многофакторного метода исследования личности (СМИЛ) Л. Н. Собчик, отражающие личностные особенности военно-морских специалистов.

**Методики исследования:** для оценки профессионального выгорания применялась методика диагностики эмоционального выгорания личности (В. В. Бойко); для изучения личностных особенностей применялся многофакторный метод исследования личности (СМИЛ) Л. Н. Собчик.

При проведении исследования использовался аппарат математико-статистического анализа, включающий расчет параметров вариации признаков (с расчетом средних арифметических значений и 95% доверительного интервала истинных значений показателей) с последующим сравнительным анализом совокупностей путем расчета t-критерия Стьюдента, так как измерительная шкала показателей являлась интервальной, сами значения показателей подчинялись закону нормального распределения в соответствии с «ГОСТ Р ИСО 5479-2002 Статистические методы. Проверка отклонения распределения вероятностей от нормального распределения». Критерий t-Стьюдента нами использовался для проверки нулевой гипотезы о равенстве средних значений двух совокупностей попарно, при этом сравнивались показатели в несвязанных выборках попарно (между 1-й и 2-й группами), отнесение к которым осуществлялось исходя из наличия или отсутствия признаков профессионального выгорания.

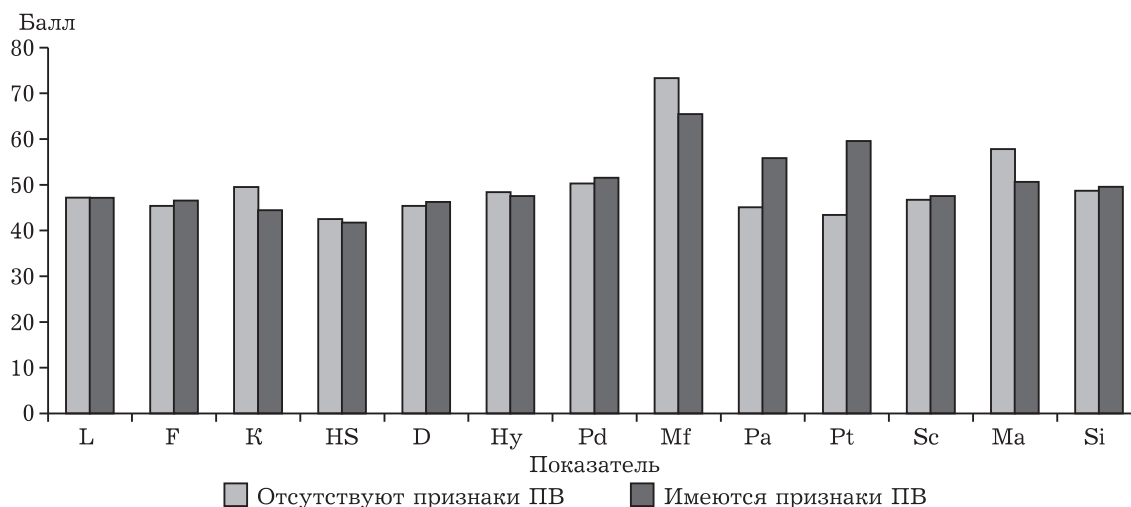
Критическим уровнем статистической значимости принимали  $p < 0,05$ . Для показателей с распределением, близким к нормальному, приведены средние арифметические значения со стандартной ошибкой среднего значения в виде ( $M \pm SE$ ).

Вычисления проводились на основании использования стандартных компьютерных программ (пакет прикладных программ «STATISTICA 6.0» и электронных таблиц Microsoft® Excel-2010).

**Результаты и их обсуждение.** Полученные результаты измерения показателей СМИЛ у военно-морских специалистов, у которых отсут-

стествовали (1-я группа — 91 человек) и имелись (2-я группа — 159 человек) признаки профессионального выгорания, отражены на рисунке.

человека, можно утверждать, что для военно-морских специалистов без признаков ПВ характерен хороший контроль эмоций, при этом



**Рисунок.** Личностные особенности по данным методики СМИЛ у военно-морских специалистов с наличием или отсутствием признаков профессионального выгорания.

Примечание: L — Ложь, F — Достоверность; K — Самооценка; HS — Сверхконтроль; D — Депрессия; Hy — Истерия; Pd — Психопатия; Mf — Мужественность; Pa — Ригидность; Pt — Тревожность; Sc — Шизоидность; Ma — Активность; Si — Интроверсия; ПВ — Профессиональное выгорание

**Figure.** Personal Characteristics According To The SMIL Method In Naval Specialists Who Have Or Do Not Have Signs Of Professional Burnout.

Note: L — Falsehood; F — Credibility; K — Self-esteem; HS — Overcontrol; D — Depression; Hy — Hysteria; Pd — Psychopathy; Mf — Masculinity; Ra — Rigidity; Pt — Anxiety; Sc — Schizoid; Ma — Activity; Si — Introversion; PV — Professional burnout

Сравнительный анализ личностных особенностей у военно-морских специалистов, у которых отсутствовали (1-я группа) или имелись (2-я группа) признаки профессионального выгорания, отражен в таблице.

Результаты исследования показали, что у военно-морских специалистов из обеих обследуемых групп усредненные показатели по всем шкалам методики СМИЛ находятся в широком коридоре нормативных значений (от 30 до 70 Т), однако при этом определялись некоторые характерологические особенности, связанные с достоверными различиями.

Выяснилось, что у военно-морских специалистов без признаков ПВ отмечались достоверно более высокие показатели по шкалам K — Коррекция, Ma — Активность, Mf — Мужественность, а также достоверно более низкие показатели по шкалам Pa — Ригидность, Pt — Тревожность по сравнению с лицами с признаками ПВ; по остальным шкалам достоверных различий не выявлено.

Так как личностные особенности отражают устойчивые психологические характеристики

у них в большей степени присутствует возможность намеренно скрыть или бессознательно вытеснить некоторые психологические проблемы, такие как эмоциональная напряженность, антисоциальные тенденции и неконформизм поведения, неконформность установок, они обладают гуманистической направленностью интересов, сентиментальностью, утонченностью вкуса, художественно-эстетической ориентацией, потребностью в дружелюбных гармоничных отношениях, в межличностных отношениях более склонны к сглаживанию конфликтов, сдерживанию агрессивных или антисоциальных тенденций; также им свойственна в большей степени активность жизненной позиции, высокий уровень жизнелюбия, уверенность в себе, позитивная самооценка, высокая мотивация достижений.

В то же время для военно-морских специалистов с признаками ПВ по сравнению с лицами без признаков ПВ в большей относительной степени характерны выраженное чувство соперничества, соревновательности, меньшая гибкость поведения в различных ситуациях;



также для них в большей степени характерны склонность к пассивно-страдательной позиции, неуверенности в себе и в стабильности ситуации, высокая чувствительность и подвластность воздействиям со стороны окружающей среды; у них преобладают мотивация избегания неуспеха и повышенная сензитивность с установкой на конгруэнтность общения с окружающими, а также повышенная тревожность, склонность к сомнениям, избыточная самокритичность с заниженной самооценкой, которая контрастирует с завышенным идеальным «Я»; у них снижен порог толерантности к стрессовым ситуациям со стремлением занять ведущую позицию в случае возникновения таких ситуаций, а также отмечаются элементы навязчивостей и ритуального поведения.

Указанные различия между анализируемыми группами носят относительный характер, однако они устойчивы и в одном случае (у лиц с отсутствием признаков ПВ) помогают в лучшей степени адаптироваться к условиям профессиональной деятельности и препятствуют формированию у них ПВ, а в другом случае (у лиц с наличием признаков ПВ) нарушают гибкость поведения и мешают полноценной адаптации, создавая предпосылки формирования профессионального выгорания, так как относительно большая склонность проявлять агрессивность и конфликтность в межличностных отношениях в сочетании с заниженной самооценкой и низкой

толерантностью к стрессу, являясь устойчивыми личностными особенностями у лиц с признаками ПВ, приводят к ухудшению межличностных отношений, что, в свою очередь, ведет к дезадаптации и формированию ПВ [9, с. 155–158; 11, с. 8–12; 12, с. 301–305].

**Заключение.** Полученные в процессе проведение исследования результаты позволили выявить достоверные отличия личностных особенностей у военно-морских специалистов с признаками профессионального выгорания и с их отсутствием. У военно-морских специалистов с отсутствием признаков ПВ отмечаются достоверно более высокие показатели по шкалам коррекции, активности, мужественности, а также достоверно более низкие показатели по шкалам ригидности и тревожности. Так как личностные особенности носят устойчивый характер, данные показатели могут применяться для объективизации контроля функционального состояния военно-морских специалистов.

Полученные данные могут использоваться в ряду других критериальных ориентиров на этапе отбора военно-морских специалистов, так как личностные особенности, являясь устойчивыми психологическими образованиями, могут быть своего рода демпфером, предотвращающим формирование неблагоприятных функциональных состояний у обследуемых лиц.

## ЛИТЕРАТУРА/REFERENCES

1. Белов В.Г., Парфенов Ю.А., Ятманов А.Н., Малыгин С.В. Клинико-психологические и социальные предикторы здоровья профессиональных дайверов // *Вестник Санкт-Петербургского университета. Медицина*. 2009. № 4. С. 105–111. [Belov V.G., Parfenov Yu.A., Yatmanov A.N., Malygin S.V. Clinical, psychological and social predictors of the health of professional divers. *Bulletin of St. Petersburg University. Medicine*, 2009, No. 4, pp. 105–111 (In Russ.).]
2. Парфенов С.А., Белов В.Г., Парфенов Ю.А. Динамика показателей функционального состояния центральной нервной системы у операторов военно-морского флота после длительного рабочего цикла на фоне приема цитофлавина // *Журнал неврологии и психиатрии им. С.С.Корсакова*. 2017. Т. 117, № 8. С. 55–58. [Parfenov S.A., Belov V.G., Parfenov Yu.A. Dynamics of indices of the functional state of the central nervous system in naval operators after a long working cycle against the background of cytoflavin. *Journal of Neurology and Psychiatry named after S.S.Korsakov*, 2017, Vol. 117, No. 8, pp. 55–58 (In Russ.).]
3. Сапов И.А., Солодков А.С. *Состояние функций организма и работоспособность моряков*. Л.: Медицина, 1980. 192 с. [Sapov I.A., Solodkov A.S. *State of body functions and working capacity of sailors*. Leningrad: publishing house Medicine, 1980, 192 p. (In Russ.).]
4. Ханкевич Ю.Р. Сапожников К.В., Седов А.В., Белов В.Г., Ершов Е.В., Парфенов С.А. Оценка эффективности мероприятий по поддержанию функционального состояния военно-морских специалистов в ходе решения экипажем задач в море по состоянию центральной нервной системы // *Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур*. 2016. № 1. С. 171–177. [Khankevich U.R., Sapozhnikov K.V., Sedov A.V., Belov V.G., Ershov E.V., Parfenov S.A. Evaluation of the effectiveness of measures to maintain the functional state of naval spe-

- cialists during the crew's decision in the sea on the state of the central nervous system. *Actual problems of physical and special training of power structures*, 2016, No. 1, pp. 171–177 (In Russ.).
5. Бойко В.В. *Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении*. СПб.: Сударыня, 2012, 122 с. [Boyko V.V. *Burnout syndrome in professional communication*. St. Petersburg: publishing house Madam, 2012. 122 p. (In Russ.).]
  6. Maslach C., Jackson S. *Burnout Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1986. 112 p.
  7. Cherniss C. Long-term consequences of burnout: An exploratory study // *Journal of Organizational Behavior*. 1992. No. 13. P. 1–11.
  8. Perlman B., Hartman E. Burnout: Summary and future research // *Human Relations*. 1982. No. 35. P. 283–305.
  9. Апчел В.Я., Белов В.Г., Говорун В.И., Парфенов Ю.А., Попрядухин П.В. Профессиональное «выгорание» у медицинских работников // *Вестник Российской Военно-медицинской академии*. 2008. № 2 (22). С. 152–159 [Archel V.Ya., Belov V.G., Govorun V.I., Parfenov Yu.A., Popryadukhin P.V. Professional «burnout» in medical workers. *Bulletin of the Russian Military Medical Academy*, 2008, No. 2 (22), pp. 152–159 (In Russ.).]
  10. Белов В.Г., Дмитриев М.Г., Апалькова И.Ю. Здоровье как основа социально-психологической адаптации человека // *Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы*. 2007. Т. 7, № 1. С. 44–48. [Belov V.G., Dmitriev M.G., Apalkova I.Yu. Health as the basis of social and psychological adaptation of a person. *Scientific notes of the Saint Petersburg state Institute of psychology and social work*, 2007, Vol. 7, No. 1, pp. 44–48 (In Russ.).]
  11. Водопьянова Н.Е., Никифоров Г.С. Теоретические аспекты профилактики и коррекции профессионального выгорания // *Вестник Санкт-Петербургского университета*. 2013. Серия 16, вып. 2. С. 4–14 [Vodopyanova N.E., Nikiforov G.S. Theoretical aspects of prevention and correction of professional burnout. *Bulletin of St. Petersburg University*, 2013, Series 16, iss. 2, pp. 4–14 (In Russ.).]
  12. Орел В.Е. *Синдром психического выгорания личности*. Москва: Институт психологии РАН, 2005. 330 с. [Orel V.E. *Syndrome of mental burnout of personality*. Moscow: Institute of Psychology RAS, 2005, 330 p. (In Russ.).]

Поступила в редакцию/Received by the Editor: 17.02.2021 г.

#### Сведения об авторе:

Сошкин Павел Александрович — кандидат медицинских наук, начальник научно-исследовательского испытательного отдела федеральное государственное бюджетное учреждение «Государственный научно-исследовательский испытательный институт военной медицины» Министерства обороны Российской Федерации; Санкт-Петербург, Лесопарковая ул., д. 4; e-mail: soshkin-med@yandex.ru; SPIN: 2975–5848; Author ID: 644092.

#### Уважаемые коллеги!

Вышла в свет книга «Роль русских адмиралов в сохранении здоровья моряков Российского флота» под редакцией И. Г. Мосягина, О. К. Бумай.

В данной монографии рассматриваются вопросы организации охраны здоровья моряков Российского флота, существовавшей в XVIII–XIX веках. В основу работы был положен анализ архивных материалов этого периода времени и, прежде всего, документов, касающихся деятельности великих флотоводцев: Федора Федоровича Ушакова, Михаила Петровича Лазарева, Владимира Алексеевича Корнилова, Павла Степановича Нахимова, Великого Князя Константина Николаевича и Степана Осиповича Макарова по сохранению здоровья моряков Российского флота.

Монография предназначена для военных и военно-морских врачей, а также может представлять интерес для судовых врачей гражданского флота. Материалы монографии могут быть использованы курсантами Военно-медицинской академии при изучении ими истории военно-морской медицины.

Кроме того, представленные в монографии архивные данные могут быть использованы при разработке нормативных документов, регламентирующих вопросы охраны здоровья моряков и в настоящее время.

#### Подробная информация:

e-mail: wmaotms@yandex.ru, тел.: +7 (911) 821-20-54

