

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2020, №5, Том 8 / 2020, No 5, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-5-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/89PSMN520.pdf>

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Варданын Ю.В., Воробьева О.М. Преодоление эмоционального выгорания сотрудников органов внутренних дел как ресурс развития психологической безопасности // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №5, <https://mir-nauki.com/PDF/89PSMN520.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

**For citation:**

Vardanyan Yu.V., Vorobyeva O.M. (2020). Overcoming the emotional burnout of employees of Internal Affairs Bodies as a resource for psychological safety development. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 5(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/89PSMN520.pdf> (in Russian)

УДК 159.954-053.4(045)

ГРНТИ 15.81.21

**Варданын Юлия Владимировна**

ФГБОУ ВО «Мордовский государственный педагогический университет имени М.Е. Евсевьева», Саранск, Россия  
Зав. кафедрой «Психологии», профессор  
Доктор педагогических наук, профессор  
E-mail: [julia\\_vardanyan@mail.ru](mailto:julia_vardanyan@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8261-6543>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=285212](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=285212)

Researcher ID: <https://www.researcherid.com/rid/N-7954-2014>

SCOPUS: <https://www.scopus.com/authid/detail.url?authorId=55801257400>

**Воробьева Ольга Михайловна**

Рузаевский линейный отдел МВД России на транспорте, Рузаевка, Россия  
Психолог группы морально-психологического обеспечения отделения по работе с личным составом  
Старший лейтенант внутренней службы  
E-mail: [kuvshinova-89@mail.ru](mailto:kuvshinova-89@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0025-7909>

РИНЦ: [https://www.elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=658431](https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=658431)

## **Преодоление эмоционального выгорания сотрудников органов внутренних дел как ресурс развития психологической безопасности**

**Аннотация.** В статье представлены результаты диссертационного исследования проблемы развития психологической безопасности сотрудников полиции психолого-педагогическими средствами преодоления эмоционального выгорания. Практическая часть исследования была выполнена на базе Рузаевского линейного отдела Министерства внутренних дел Российской Федерации на транспорте в рамках профессиональной психологической подготовки. Профилактика эмоционального выгорания рассматривается в ходе исследования как один из основных личностных ресурсов развития психологической безопасности сотрудников полиции. Авторами представлены результаты диагностики синдрома эмоционального выгорания сотрудников полиции на констатирующем этапе и доказано, что на его формирование влияют индивидуально-психологические особенности сотрудников, изучаемые в ходе профессионального психологического отбора на службу в органы внутренних дел. Установлена факторная структура высокого уровня эмоционального выгорания сотрудников органов внутренних дел, включающая в себя эмоциональную устойчивость и волевой контроль; внутренняя организованность и зрелость личности;

правосознание и интеллект. Указанная факторная структура легла в основу разработки психолого-педагогической программы преодоления эмоционального выгорания сотрудников полиции. Также были определены основные психолого-педагогические условия развития психологической безопасности сотрудников полиции посредством психолого-педагогического преодоления эмоционального выгорания: диагностические, профилактические и организационно-профилактические. Результаты контрольного этапа исследования показали, что учет выявленной факторной структуры и соблюдение совокупности выделенных психолого-педагогических условий способствует повышению эффективности развития психологической безопасности сотрудников полиции психолого-педагогическими средствами преодоления эмоционального выгорания. Данные, полученные авторами, способствует решению научных задач, связанных с повышением эффективности профилактики нарушений психологического благополучия личного состава полиции. Выявленные особенности преодоления синдрома эмоционального выгорания, базирующегося на его факторной структуре, позволяют конкретизировать цели, задачи, направленность профилактической работы с сотрудниками органов внутренних дел, тем самым способствуют повышению ее результативности.

**Ключевые слова:** психологическая безопасность; сотрудники органов внутренних дел; профессиональный психологический отбор; личностный ресурс; эмоциональное выгорание; преодоление; психологическая подготовка; факторный анализ

### Введение

В последние десятилетия профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел претерпела значительные изменения. Наряду с неспецифичными обязанностями, наличием высокого риска личной безопасности, напряженным графиком работы, отмечается повышение социального запроса и контроля со стороны граждан, высокие требования не только к профессиональным качествам сотрудников, но и к их личностным характеристикам. Негативные факторы служебной деятельности оказывают отрицательное влияние на психологическое состояние сотрудников полиции и часто приводит к дезадаптивным формам поведения. Высокая стрессогенность профессиональной деятельности сотрудников полиции вытекает из ее особой общественной значимости и ответственности [1]. Интенсивный рост некомплекта в силовых структурах, увеличения числа увольнений сотрудников, не достигших пенсионной выслуги лет, подтверждает необходимость углубленного изучения психолого-педагогических аспектов служебной деятельности и повышения психологической безопасности.

В таких условиях одной из основных задач психологической работы в органах внутренних дел выступает обеспечение психологической безопасности личного состава, способствующей сохранению стабильности личности самого сотрудника полиции и психологического благополучия субъектов его профессиональной деятельности [2]. Это важно, так как психологическая безопасность в полиции призвана способствовать повышению эффективности и самой профессиональной деятельности [3]. Проанализируем существующие исследования, посвященные проблеме психологической безопасности сотрудников органов внутренних дел.

М.Г. Рябова обозначает психологическую безопасность как способность сотрудников к регуляции собственного состояния и регуляции отношений со средой при неблагоприятных психических состояниях, которая выражается в развитом самоконтроле поведения, высокой стрессоустойчивости и устойчивых смысложизненных ориентациях [4]. Ю.О. Напалкова одним из основных условий обеспечения психологической безопасности сотрудника полиции

рассматривает развитие его эмоциональной культуры [5]. Также, обеспечение психологической безопасности профессиональной деятельности сотрудников рассматривают как одно из перспективных направлений совершенствования психологического сопровождения в органах внутренних дел, основанного на повышении стрессоустойчивости и психической адаптации сотрудников [6]. Психологическая безопасность сотрудников рассматривается в некоторых исследованиях в связке с наличием таких психологических качеств, которые позволяют им адекватно оценивать обстановку, принимать быстрые и правильные решения и не терять самообладания в нестандартных и стрессовых ситуациях [7].

Наиболее распространенным механизмом профессиональной деформации в органах внутренних дел выступает эмоциональное выгорание сотрудников, преодоление которого мы рассматриваем в качестве одного из основных механизмов развития психологической безопасности.

Интерес к проблеме выгорания имеет широкое распространение в современной психологической науке. С. Maslach с коллегами связывают профессиональное выгорание с симптомами эмоционального, умственного истощения и физического утомления, личной отстраненности и снижением удовлетворения от результатов деятельности [8]. Проблему взаимосвязи профессионального выгорания и стилевых особенностей поведения профессионала затрагивает в своих исследованиях В.Е. Орел [9]. Т.В. Зайчикова указывает на значимость социально-психологических детерминант при формировании профессионального (эмоционального) выгорания [10]. Е.А. Красинская рассматривает профессиональную деформацию сотрудников органов внутренних дел как результат негативных изменений его личности, профессиональных навыков и способностей под воздействием внешних факторов, приводящих к неадекватному поведению и утрате профессиональных компетенций [11]. Г.И. Уразаева утверждает, что наиболее часто профессиональная деформация сотрудников связана именно с эмоциональным выгоранием, невозможностью адекватного эмоционального реагирования на различные жизненные и служебные ситуации [12].

В своей работе мы ориентируемся на позицию В.В. Бойко, который под эмоциональным выгоранием понимает своеобразный механизм психологической защиты, проявляющийся в форме полного или частичного исключения эмоциональных реакций на воздействие внешних и внутренних психотравмирующих факторов [13]. Согласно нашему пониманию, эмоционально-личностный компонент в структуре психологической безопасности сотрудников полиции выступает основой обеспечения адекватного отражения окружающей действительности, переживания и выражения личностной значимости происходящих событий, поддержания сбалансированного состояния самого сотрудника в процессе выполнения служебных задач, взаимодействия с коллегами и гражданами [14].

Проблема развития психологической безопасности психолого-педагогическими средствами преодоления эмоционального выгорания обусловлена существованием таких противоречий, как:

- наличие многочисленных программ и тренингов профилактики эмоционального выгорания, реализуемых без учета контекста психологической безопасности сотрудников полиции, и недостаточной проработанностью вопросов их взаимосвязи;
- существованием повышенных требований к профессиональному психологическому отбору сотрудников полиции и недостаточной проработанностью путей дальнейшего использования его результатов в системе развития психологической безопасности личного состава.

В связи с этим, для организации психолого-педагогической работы по преодолению эмоционального выгорания как ресурса развития психологической безопасности сотрудников полиции, было организовано исследование взаимосвязи отдельных личностных качеств, которыми первоначально обладает сотрудник, и их влияния на особенности формирования соответствующего синдрома.

В органах внутренних дел существует профессиональный психологический отбор кандидатов на службу, в рамках которого осуществляется оценка уровня развития личных и деловых качеств, необходимых для успешного выполнения профессиональных задач. К сожалению, на сегодняшний день, чаще всего, данные профессионального психологического отбора используется только на этапе принятия решения о трудоустройстве кандидата, и рассматриваются в довольно обобщенном виде. В своей работе мы предприняли попытку использовать результаты профессионального психологического отбора в организации работы по преодолению синдрома эмоционального выгорания и развитию психологической безопасности сотрудников полиции.

В качестве личностных ресурсов развития психологической безопасности сотрудника полиции мы рассматриваем такие личные и деловые качества, как: уровень общего интеллектуального развития, способности к логическим суждениям и умозаключениям, а также к четкому изложению информации в устной и письменной формах; эмоциональная устойчивость, уравновешенность, контроль своего поведения и внешних проявлений эмоций, эмоциональная зрелость; уровень волевой регуляции поведения, выдержки, смелости, решительности, настойчивости, целеустремленности, работоспособности; внутренняя организованность, исполнительность, дисциплинированность, ответственность за порученное дело; уровень правосознания и нравственных убеждений, честность, принципиальность, соблюдение норм общественной морали; зрелость личности, способность брать на себя ответственность за свои решения, действия и поступки, умение определять приоритеты и последовательность в решении проблем, самостоятельность, уверенность в своих силах и уровень самокритичности; самооценка, особенности мотивационной сферы личности.

Развитие психологической безопасности сотрудников полиции выступило в качестве объекта нашего исследования. Предмет конкретизировался в развитии психологической безопасности сотрудников полиции психолого-педагогическими средствами преодоления эмоционального выгорания. В ходе исследования нами было выдвинуто предположение о том, что развитие психологической безопасности сотрудников полиции психолого-педагогическими средствами преодоления эмоционального выгорания базируется на учете особенностей развития личных и деловых качеств сотрудников, выявленных в ходе профессионального психологического отбора на службу в органы внутренних дел, а также зависит от учета стажа служебной деятельности и соблюдения психолого-педагогических условий.

### **Материалы и методы исследования**

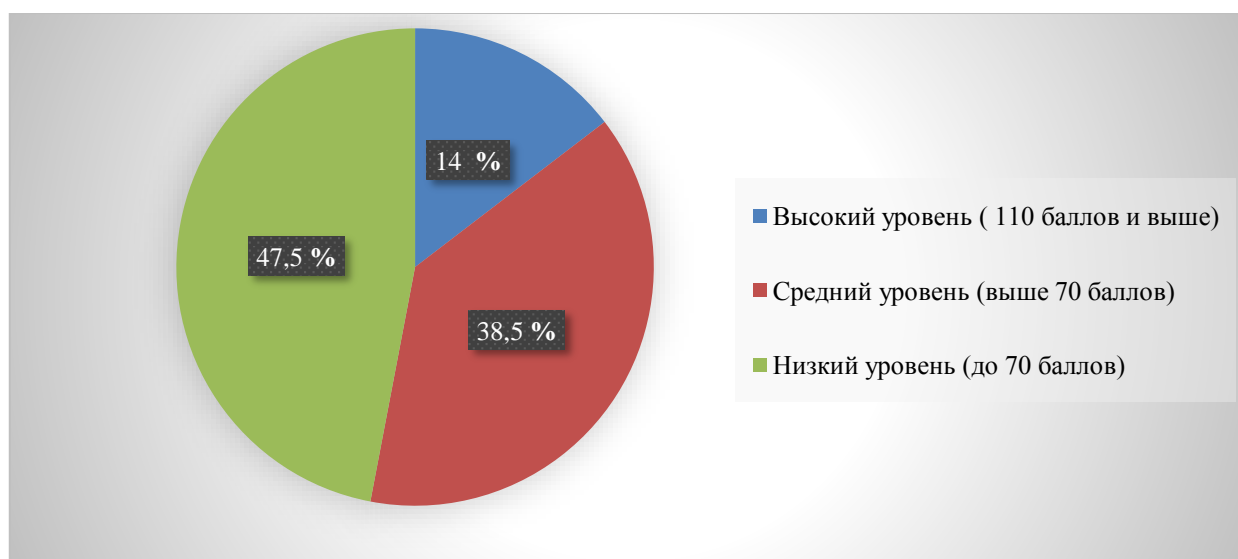
Проверка гипотезы осуществлялась путем применения комплекса методов исследования: теоретического анализа отечественной и зарубежной литературы по теме исследования; констатирующего, формирующего, контрольного этапов психолого-педагогического эксперимента; эмпирических методов («Диагностика эмоционального выгорания» В.В. Бойко, данные оценки личных и деловых качеств сотрудников, полученных в результате профессионального психологического отбора (9 адаптированных психодиагностических методик («Матрицы Равена», «Аналогии», «Словарь», «КОТ», «М-профиль», «ММИЛ», «ВСК», «Правосознание», «Локус контроля»)); методов

математической обработки эмпирических данных в программе IBM SPSS Statistics 22 (факторный анализ, U-критерий Манна-Уитни для независимых выборок).

Материалом послужили данные, полученные в ходе исследования, которое проводилось на базе Рузаевского линейного отдела Министерства внутренних дел Российской Федерации на транспорте. Выборку составили 200 сотрудников полиции в возрасте от 20 до 35 лет (из них 14 женщин), относящихся к младшему, среднему и высшему начальствующему составу, занимающих должности различных направлений (руководящий состав, внутренняя служба, оперативные подразделения, следствие, дознание, охрана общественного порядка, патрульно-постовая служба и др.), имеющих стаж служебной деятельности от 1 до 25 лет.

### Результаты исследования и их обсуждение

На констатирующем этапе была проведена диагностика эмоционального выгорания сотрудников полиции с помощью методики «Диагностика эмоционального выгорания» В.В. Бойко. Показатели уровня эмоционального выгорания по данным констатирующего этапа представлены на рисунке 1.



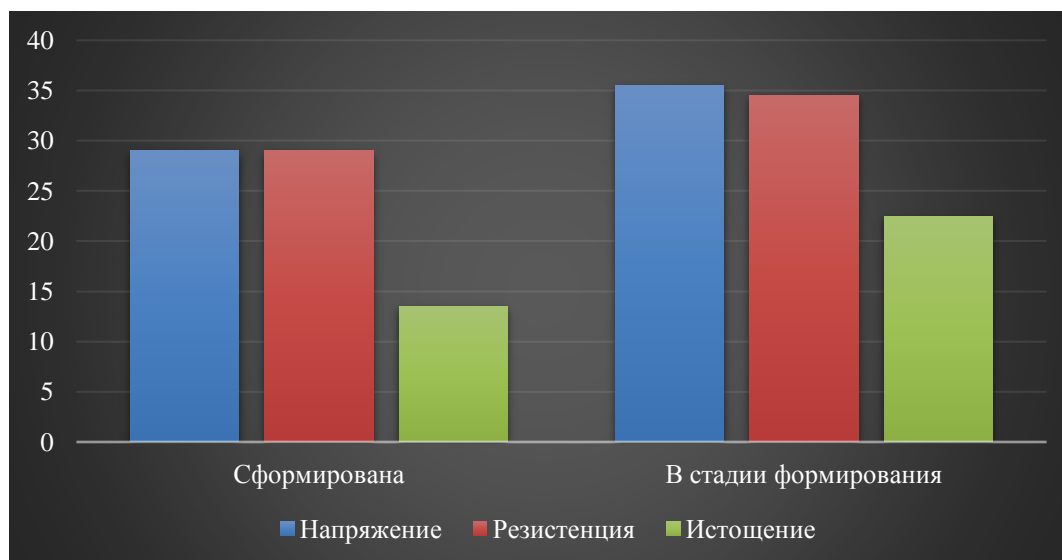
*Рисунок 1. Эмпирические данные оценки уровня синдрома эмоционального выгорания на констатирующем этапе (составлено авторами)*

По результатам диагностики относительно высокие количественные показатели синдрома эмоционального выгорания получили 28 респондентов, что составило 14 % от числа всей выборки; 77 обследованных (38,5 %) имеют средний уровень эмоционального выгорания; 95 (47,5 %) – сравнительно низкий уровень.

Процентное распределение сотрудников полиции по эмпирическим данным оценки фаз синдрома эмоционального выгорания представлено на рисунке 2.

В основном у сотрудников полиции сформированы фазы напряжения и резистенции. Таким образом, наиболее часто сотрудники подвержены интенсивным переживанием психотравмирующих обстоятельств служебной деятельности, которые приводят к снижению уровня притязаний, неудовлетворенности своим положением, неуверенности в себе, ощущению безвыходности, повышению тревожности. Сотрудники проявляют избирательность эмоционального реагирования на различные жизненные ситуации, эмоционально-нравственную дезориентацию, расширение сферы экономики эмоций и редукцию профессиональных обязанностей.





**Рисунок 2.** Эмпирические данные оценки фаз синдрома эмоционального выгорания на констатирующем этапе (составлено авторами)

Фаза истощения, характеризующаяся эмоциональным дефицитом, эмоциональной и личностной отстраненностью, а также психосоматическими и психовегетативными нарушениями, сформирована у 13,5 % респондентов, еще у 22,5 % уже формируется. Такие сотрудники, как правило, адаптируются к ситуациям повышенного психического напряжения за счет использования экономных способов реагирования на профессиональные проблемы. Снижение эффективности своей служебной деятельности они часто могут оправдывать психологическим и физическим перенапряжением.

Необходимо отметить, что среди респондентов с высоким уровнем синдрома эмоционального выгорания 54 % имеют стаж служебной деятельности свыше пяти лет. Из числа респондентов с низким уровнем синдрома эмоционального выгорания таких сотрудников только 5 %. Признаки напряжения чаще встречаются у сотрудников, имеющих стаж службы до пяти лет, более опытным сотрудникам (выслуга более 5 лет) свойственны симптомы резистенции и истощения.

Влияние индивидуально-личностных особенностей на формирование синдрома эмоционального выгорания было оценено на основе анализа данных комплексного обследования в рамках профессионального психологического отбора сотрудников, у которых выявлен высокий уровень указанного синдрома.

Для детальной проработки программы преодоления эмоционального выгорания был проведен факторный анализ с использованием программы IBM SPSS Statistics 22, результаты которого показали, какие именно первоначальные личные и деловые качества сотрудника оказывают наибольшее влияние на развитие данного синдрома.

В рамках теории факторного анализа понятие «фактор» рассматривается как общее условие (причина), которое влияет на количественные изменения определенных явлений, а также искусственно созданная новая переменная, включающая в себя первичные исходные переменные с определенным весом [15]. Данный вес определяет степень влияния фактора на изменение переменной.

Для определения связи индивидуально-психологических особенностей и уровня эмоционального выгорания нами были отобраны материалы профессионального психологического отбора тех сотрудников полиции, у которых выявлен высокий уровень эмоционального выгорания (28 сотрудников). В качестве переменных использовались

результаты их профессионального психологического отбора на службу. Корреляционная матрица семи переменных была подвергнута процедуре анализа по методу главных компонент. Данные факторы подверглись вращению по методу Варимакс-Кайзер. В результате выделилось три компонента, представленные в таблице 1, которые влияют на формирование высокого уровня эмоционального выгорания.

**Таблица 1**  
**Компоненты факторной структуры эмоционального выгорания сотрудников полиции**

Переменная	Компонент		
	1	2	3
Интеллектуальное развитие	0,551	0,273	<b>0,700</b>
Эмоциональная устойчивость	<b>0,882</b>	0,187	-0,122
Волевой контроль	<b>0,870</b>	0,010	0,127
Внутренняя организованность	-0,265	<b>0,868</b>	0,125
Уровень правосознания	-0,134	0,072	<b>0,958</b>
Зрелость личности	0,433	<b>0,820</b>	-0,017
Самооценка, мотивация	0,210	0,599	0,141

*Составлено авторами*

Для более точного понимания содержания каждого компонента (фактора) мы выбрали из матрицы факторного анализа только те переменные, которые имеют вес  $\geq 0,7$ , и получили содержательную наполненность каждого фактора, представленную в таблице 2.

**Таблица 2**  
**Факторная матрица показателей высокого уровня эмоционального выгорания сотрудников полиции**

№ фактора	Нагрузка на фактор	Наименование переменной
1	0,882	Эмоциональная устойчивость
	0,870	Волевой контроль
2	0,868	Внутренняя организованность
	0,820	Зрелость личности
3	0,958	Уровень правосознания
	0,700	Интеллектуальное развитие

*Составлено авторами*

В результате факторного анализа обнаружено, что структура высокого уровня эмоционального выгорания включает в себя три основных фактора: эмоциональная устойчивость и волевой контроль; внутренняя организованность и зрелость личности; правосознание и интеллект.

Указанные выше три фактора объясняют 79 % совокупной (общей) дисперсии, что позволяет говорить о том, что высокий уровень эмоционального выгорания зависит в большей степени от таких переменных, как эмоциональная устойчивость и волевой контроль (39,5 % совокупной дисперсии), внутренняя организованность и зрелость личности (22,2 % совокупной дисперсии), уровень правосознания и интеллектуального развития (17,2 % совокупной дисперсии).

Представив 79 % совокупной (общей) дисперсии этих трех факторов за 100 %, мы определили факторную структуру, способствующую формированию эмоционального выгорания сотрудников полиции (рисунок 3), основным компонентом которой является фактор «эмоциональная устойчивость и волевой контроль», составляющий практически 50 % общей суммарной дисперсии всех трех компонентов.



**Рисунок 3.** Факторная структура, способствующая формированию эмоционального выгорания сотрудников полиции (составлено авторами)

Данная структура личностных особенностей, предопределяющих формирование синдрома эмоционального выгорания сотрудников полиции, положена в основу психолого-педагогической программы его преодоления, разработанной в рамках формирующего этапа исследования.

Для проведения формирующего эксперимента сотрудники полиции с высоким уровнем эмоционального выгорания (28 сотрудников) были поделены на две группы: экспериментальную (ЭГ) и контрольную (КГ). Распределение по группам осуществлялось с учетом стажа служебной деятельности сотрудников. В состав каждой группы вошло по семь сотрудников, имеющих стаж от 5 до 10 лет, и такое же количество молодых сотрудников со стажем от 1 до 3 лет.

Программа была реализована в рамках дополнительного курса профессиональной психологической подготовки в Рузаевском линейном отделе Министерства внутренних дел России на транспорте в период с февраля по ноябрь 2018 года с сотрудниками экспериментальной группы в количестве 14 человек в форме индивидуальной и групповой формы (лекции, семинары, психологический тренинг).

Указанный курс мы обозначили как «Психологическая безопасность сотрудника полиции». Основные задачи курса направлены на: расширение представлений сотрудника полиции о психологической безопасности, угрозах ее нарушения и способах преодоления их негативного влияния; формирование представлений сотрудника полиции о синдроме эмоционального выгорания и его профилактике как основного ресурса развития их психологической безопасности; развитие эмоциональной устойчивости и волевого контроля поведения сотрудника полиции; формирование внутренней организованности и личностной зрелости сотрудника полиции; формирование правосознания и развитие интеллектуальной сферы сотрудника полиции. Реализация задач содержательно была представлена теоретическим и практическим разделами.

В теоретический раздел вошли лекционные занятия, раскрывающие само понятие «психологическая безопасность сотрудника полиции», а также существующие угрозы ее



нарушения и особенности развития. В практический раздел курса вошли семинарские занятия в форме круглых столов, дискуссий, вопросов-ответов и тренингов.

Для реализации дифференцированного модуля программы, представленного тренингом «Профилактика эмоционального выгорания как ресурс развития психологической безопасности», сотрудники экспериментальной группы были поделены на две категории: молодые сотрудники (7 сотрудников) и сотрудники со стажем служебной деятельности свыше пяти лет (7 сотрудников).

Выявленные в результате констатирующего эксперимента особенности проявления эмоционального выгорания у сотрудников с различным стажем служебной деятельности позволили дифференцировать направленность содержания тренинга. В группе молодых сотрудников особое внимание уделялось формированию представлений о специфических угрозах психологической безопасности, методах профилактики эмоциональной напряженности, саморегуляции эмоционального состояния, повышении адекватности восприятия психотравмирующих факторов служебной деятельности, способах их нейтрализации и преодоления. В группе более опытных сотрудников (стаж службы свыше 5 лет) работа была ориентирована, в первую очередь, на формирование адекватной оценки собственного поведения и осознание способов психологической защиты, профилактику ее деструктивного влияния, развитие способности к рефлексии психо-эмоционального состояния, подбор соответствующих способов и приемов саморегуляции, конструктивных способов взаимодействия с субъектами своей служебной деятельности.

Повторная диагностика синдрома эмоционального выгорания на контрольном этапе исследования доказала эффективность программы психолого-педагогического преодоления эмоционального выгорания сотрудников полиции, разработанной и реализованной в ходе формирующего этапа исследования. Результаты диагностики представлены в таблице 3.

**Таблица 3**

**Сравнительный анализ результативности снижения  
уровня эмоционального выгорания сотрудников полиции (в %)**

Уровень эмоционального выгорания	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Высокий	100	100	100	57
Средний	0	0	0	28,5
Низкий	0	0	0	14,5

*Составлено авторами*

На контрольном этапе уровень эмоционального выгорания сотрудников полиции в контрольной группе остался на прежнем высоком уровне, в то время как в экспериментальной группе отмечается снижение показателей высокого уровня эмоционального выгорания со 100 % (14 респондентов) до 57 % (8 респондентов). Средний уровень эмоционального выгорания в экспериментальной группе выявлен у 28,5 % (4 респондентов), низкий – у 14,5 % (2 респондентов). Снижение уровня эмоционального выгорания выявлено у шести сотрудников экспериментальной группы, из которых 66,6 % (4 сотрудника) составили сотрудники со стажем служебной деятельности от 1 до 3 лет, что указывает на высокую профилактическую эффективность программы психолого-педагогического преодоления эмоционального выгорания именно на более ранних этапах служебной деятельности сотрудников полиции.

Статистическая проверка значимости различий данных, полученных на контрольном этапе исследования с использованием критерия Манна-Уитни для независимых выборок, подтверждает статистическую значимость различий между показателями эмоционального выгорания сотрудников полиции в контрольной и экспериментальной группах ( $p < 0,05$ ).

### Выводы и обсуждение

Результаты представленного исследования позволяют сделать вывод о том, что реализация программы психолого-педагогического преодоления эмоционального выгорания, основанная на факторной структуре данного синдрома у сотрудников полиции, является эффективной и способствует развитию их психологической безопасности.

Преодоление эмоционального выгорания в экспериментальной группе было достигнуто путем ориентации на наиболее значимые личностные ресурсы сотрудников полиции, которые исследуются еще на этапе их профессионального психологического отбора на службу в органы внутренних дел. Своевременно организованная работа с сотрудниками, имеющими, по результатам отбора, несколько сниженные показатели по эмоциональной устойчивости и волевому контролю поведения, способствует профилактике формирования у них эмоционального выгорания и повышает уровень психологической безопасности.

В ходе исследования так же были определены основные психолого-педагогические условия развития психологической безопасности сотрудников полиции посредством психолого-педагогического преодоления эмоционального выгорания: диагностические (ежегодный мониторинг эмоционального выгорания сотрудников полиции; учет уровня развития отдельных личных и деловых качеств сотрудников, выявленных в процессе профессионального психологического отбора; учет стажа служебной деятельности сотрудников полиции), профилактические (направленность профилактических мероприятий на повышение эмоциональной устойчивости и волевого контроля поведения; формирование представлений о психологической безопасности и рисках ее нарушения) и организационно-профилактические (практико-ориентированный подход к организации профессиональной психологической подготовки личного состава; адресность профилактической работы с учетом особых условий служебной деятельности отдельных сотрудников).

Соблюдение совокупности указанных психолого-педагогических условий позволит повысить эффективность развития психологической безопасности сотрудников полиции психолого-педагогическими средствами профилактики эмоционального выгорания и успешного преодоления его формирования.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Кобозев И.Ю. Психопрофилактика и коррекция профессионального стресса сотрудников ОВД // Вестник Санкт-Петербургского гос. ун-та МВД России. – 2016. – № 1 (69). – С. 205–209.
2. Варданян Ю.В., Воробьева О.М. Профессиональная психологическая подготовка как фактор психологической безопасности // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2017. – № 7. – С. 127–132.
3. Родин В.Ф. Психология безопасности профессиональной деятельности сотрудников ОВД РФ // Вестник Московского университета МВД России. – 2018. – № 2. – С. 227–230.
4. Рябова М.Г. Факторы психологической безопасности личности в экстремальных ситуациях // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2016. – Т. 26. – № 4. – С. 94–99.
5. Напалкова Ю.О. Эмоциональная культура сотрудников полиции как одно из условий их психологической безопасности // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2013. – № 1. – С. 143–146.

6. Сергеева А.Н., Вязов А.А. Психология безопасности профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел // Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. – 2019. – № 1 (6). – С. 99–102.
7. Гоннов Р.В., Шаров Е.Н. Психологическое сопровождение сотрудника полиции, как элемент личной безопасности при наступлении чрезвычайных обстоятельств // Актуальные проблемы науки: от теории к практике: материалы II Всероссийской научно-практической конференции / Российский государственный социальный университет; под ред. Ю.П. Кожаева, О.Ю. Зевеке. – М.: 2015. – С. 202–205.
8. Maslach С., Shaufeli W.B., Marek Т. Burnout: A multidimensional perspective // Professional burnout: Recent developments in the theory and research / Washington D. C: Taylor &Trancis, 1993. – P. 19–32.
9. Орёл В.Е. Синдром «психического выгорания» и стилевые особенности поведения и деятельности профессионала // Сибирский психологический журнал. – 2006. – № 23. – С. 33–39.
10. Зайчикова Т.В. Социально-психологические детерминанты синдрома «профессионального выгорания» у учителей: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Киев, 2005. – 20 с.
11. Красинская Е.А. Профессиональная деформация личности сотрудника органов внутренних дел и ее предупреждение // Вестник Восточно-Сибирского института МВД России. – 2016. – № 3 (78). – С. 48–52.
12. Уразаева Г.И. Профессиональная деформация сотрудников полиции в аспекте эмоционального выгорания: социально-психологические условия, механизмы, особенности, факторы // Вестник Казанского юридического института МВД России. – 2014. – № 2(16). – С. 14–20.
13. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. – СПб.: Питер, 2006. – 460 с.
14. Варданян Ю.В., Воробьева О.М. Исследование эмоционального выгорания сотрудников полиции в контексте психологической безопасности // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2018. – № 2. – С. 203–213.
15. Беспалько И.Г. О некоторых неясных вопросах психологической интерпретации факторов в факторном анализе // Психологический журнал. – 1987. – Т.8. – № 3. – С. 137–144.

### Vardanyan Yulia Vladimirovna

Mordovian state pedagogical university named after M.E. Evseyev, Saransk, Russia

E-mail: [julia\\_vardanyan@mail.ru](mailto:julia_vardanyan@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8261-6543>

РИИЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=285212](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=285212)

Researcher ID: <https://www.researcherid.com/rid/N-7954-2014>

SCOPUS: <https://www.scopus.com/authid/detail.url?authorId=55801257400>

### Vorobyeva Olga Mikhailovna

Ruzaevka line police department on transport of ministry of internal affairs of Russia, Ruzaevka, Russia

E-mail: [kuvshinova-89@mail.ru](mailto:kuvshinova-89@mail.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0025-7909>

РИИЦ: [https://www.elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=658431](https://www.elibrary.ru/author_profile.asp?id=658431)

## Overcoming the emotional burnout of employees of Internal Affairs Bodies as a resource for psychological safety development

**Abstract.** The article presents the results of the thesis study of the problem of development of police officers' psychological safety with psycho-pedagogical means of emotional burnout overcoming. The practical part of the study was carried out on the basis of Ruzaevka Line Police Department on Transport of Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation in the framework of professional psychological training. The study considers the prevention of emotional burnout as one of the main personal resources for development of psychological safety of police officers. The authors present the results of diagnostics of the emotional burnout syndrome of police officers at the ascertaining stage. It is proved that its formation is influenced by individual psychological characteristics of employees, studied in the course of professional psychological selection for service in Internal Affairs Bodies. A factor structure of a high level of emotional burnout of employees (including emotional stability and volitional control) has been established. It formed the basis for development of psycho-pedagogical program for overcoming the emotional burnout of police officers. Authors also determine the main psycho-pedagogical conditions for development of psychological safety of police officers through psycho-pedagogical overcoming of emotional burnout (diagnostic, preventive, organizational and preventive). The results of the control stage of the study showed that taking into account the identified factor structure and adherence to the set of identified psycho-pedagogical conditions contributes to increase in effectiveness of development of psychological safety of police officers by psycho-pedagogical means of overcoming emotional burnout. The data obtained by the authors contributes to solution of scientific problems associated with increasing the effectiveness of prevention of violations of psychological well-being of police personnel. The revealed features of overcoming the emotional burnout syndrome, based on its factor structure, make it possible to concretize the goals, objectives, direction of preventive work with employees, thereby contributing to an increase in its effectiveness.

**Keywords:** psychological safety; employees of internal affairs bodies; professional psychological selection; personal resource; emotional burnout; overcoming; psychological training; factor analysis