Вольнова Л. М. Соціокультурні чинники емоційного вигоряння у великому місті / Л. М. Вольнова // Перспективні напрями розвитку сучасних педагогічних і психологічних наук : збірник тез міжнар. наук.-практ. конф., Харків, Україна, 12-13 лютого 2016 р. – Харків : Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2016. – С.91-96.

Вольнова Л.М., канд. пед. наук, доцент

Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова

СОЦІОКУЛЬТУРНІ ЧИННИКИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ У ВЕЛИКОМУ МІСТІ

Серед низки причин, які перешкоджають професійному розвитку людини, суттєве місце, безперечно, займають суб'єктивні, особистісні чинники, в тому числі вікові зміни, кризи професійного розвитку, а також професійної деструкції, що зумовлені, насамперед, напруженими умовами праці. Так, згідно із даними дослідження американського Національного інституту проблем здоров'я і професійної безпеки, в наш час більше 35 млн. людей у всьому світі страждають клінічною формою синдрому хронічної втоми [2, с.47]. При цьому рівень емоційного вигорання фахівця характеризує не лише його особистість, а й середовищні умови (мікро-, макро- і мезосередовище), в яких він функціонує. Саме тому, вивчення зазначеного явища має велике значення як для самих працівників, так і для закладів, де вони працюють.

Слід вказати, що з боку психології синдрому емоційного вигоряння у фахівців надана достатня увага. Зокрема, особливості цього феномену в професійному спілкуванні розкривали В. В. Бойко, Т. В. Зайчикова, А. В. Ільків, Л. М. Карамушка, С. Д. Максименко, А. Пайнс та ін. Разом із тим, проблема вивчення не лише виробничих, але й соціокультурних чинників емоційного вигоряння, зокрема у великому місті, залишається недостатньо дослідженою. При цьому, як відомо, впливи середовища можуть бути як деструктивними, так і конструктивними, тому ми вважаємо важливим питання встановлення зв'язку між характеристиками соціокультурного середовища міста і ризиками емоційного вигоряння у ньому.

Ми притримуємося позиції, що розробку будь-якого проблемного питання необхідно починати з аналізу теоретико-прикладних напрацювань, зроблених у відповідному напрямі. Саме тому у своїй роботі ми спробували, насамперед,

визначити ті суттєві дестабілізуючі соціокультурні чинники, на які звертають увагу вчені при вивченні середовища великого міста.

Як показують результати нашого дослідження, до означеного питання вчені звертаються уже давно, однак систематичні міждисциплінарні дослідження не ведуться. Так, американський учений Дж. Є. МакГрат ще у 1970 р. у книзі «Social and psychological factors in stress» [11] підкреслював, що головним при обговоренні стресу повинен бути характер взаємодії між людиною і навколишнім середовищем. Він вважав, що стрес виникає кожного разу, коли порушується баланс між впливом навколишнього середовища і можливостями людини компенсувати його.

С. В. Матяш, автор книги «Человек в городе: социологические очерки» (1990), одним із перших у радянській соціологічній думці вказує, що «підвищення навантаження на психіку людини, виникнення стресових нервових напружень та інші «перевантаження урбанізації» перетворилися на невід'ємну рису міського способу життя, стали свого роду «фоном» спілкування городян» [6, с.125]. З цього приводу російський історик Л. Я. Лурьє у статті «Питерщики» в Петербурге» (2001) також зауважує, що «так званий рольовий стрес виникає у городянина саме унаслідок того, що він постійно стикається і вимушений зважати на носіїв конфліктних для нього норм» [5, с.88]. Близьку до означених думку висловлює і українська учена О. Л. Пруцакова. Вивчаючи впливи зовнішніх чинників міського середовища (2010) вона підкреслює, що у мегаполісі люди частіше піддаються стресам, оскільки більше спілкуються з представниками інших націй і уродженцями інших міст, а також, оскільки у великому місті посилюється кількість контактів і темп життя [9, с.39]. Саме це значною мірою створює певну психологічну напруженість у містян і підвищує ризик емоційного вигоряння.

А. Ю. Барковська та М. П. Назарова у статті «Стресс-факторы в социокультурном пространстве современного большого города» (2014) до чинників ризику емоційного вигоряння в мегаполісі відносять: а) високу щільність населення, яка, у свою чергу, зумовлює більш часті вимушені контакти, інтенсифікацію взаємодій між людьми; б) інформаційні перевантаження, по-перше, за рахунок високого розвитку ЗМІ і все тієї ж високої інтенсивності

соціальних взаємодій, а також через концентрацію та інтеграцію у великому місті різних сфер і галузей діяльності, різних соціальних й демографічних груп та типів соціальної поведінки на відносно обмеженій території; в) просторова організація території, включаючи несприятливе візуальне середовище [1, с.39]. Щодо останнього чинника, то Л. М. Бармашина та О. В. Гущіна у статті «Вплив архітектурних об'єктів на психоемоційний стан людини» (2010) теж відзначають, що тривале перебування в умовах несприятливого візуального оточення негативно позначається на психічному стані людини, викликаючи тривалі депресії, стреси [4, с.44]. А. Д. Сєрьогіна у статті «Проблема синдрома эмоционального выгорания в современном обществе» (2011) також зауважує, що у тому випадку, коли фізичні чинники середовища поєднуються з чинниками організаційними – високим робочим навантаженням, виснажливістю і напруженістю роботи, зокрема, коли фахівець постійно контактує з кризовими клієнтами (геронтологічними, онкохворими, агресивними і суїцидентами, клієнтами із залежністю тощо), то ризик активізації емоційного вигоряння теж зростає [10, с. 87].

У науковій роботі «Город в процессах исторических переходов. Теоретические аспекты и социокультурные характеристики» групою російських дослідників (В. Л. Каганський, Г. С. Кнабе, І. В. Кондаков та ін., 2001) наголошується на «поліфонічності сучасної міської культури», яка не тільки надає членам суспільства різнопланові можливості, але і створює атмосферу напруженості, нестабільності, нескінченного пошуку і поспіху, оскільки примушує городян постійно робити вибір, що пов'язано з чималими психологічними зусиллями, а отже – постійним перебуванням у стані стресу [3, с.51]. Водночас учені розглядають також інший аспект означеного питання. Зокрема те, що «місто, вбираючи в себе знання про суспільні процеси через свої інститути та громадян, є місцем зберігання, накопичення, передачі всієї інформації та із самого моменту свого виникнення виконує найважливіші функції в організації та розвитку суспільства» [3, с.132]. Зокрема, культурно-інформаційний потенціал міста визначає самоорганізовані імпульси інтенсивного

розвитку суспільства та в культурно-інформаційному сенсі становить значно посилений потенціал регіонального та глобального характеру.

Різносторонній підхід до впливів міського середовища представлений і в роботах вітчизняної дослідниці Л. С. Орищин. Так, у статті «Стрес, що виникає у міському довкіллі» (2008) вона зазначає, що життя у великому місті спричиняє стрес, який пов'язаний із чинниками довкілля, водночас зауважує, що умови міського довкілля мешканці міста сприймають та оцінюють як стресові по-різному. Як приклад, вона вказує, що деякі люди важко переносять бурхливий темп міста – галас із кав'ярень та крамниць, нічне освітлення будинків; для інших – тиша та спокій навколо викликають нестерпну нудьгу та бажання вирватися до галасливої, переповненої людьми площі з яскравою ілюмінацією[7, с.247]. Разом із тим, продовжуючи свої наукові пошукування, вчена у статті «Стрес міського довкілля і його різновиди» (2009) також називає і низку «хронічних» стресорів довкілля, які ми можемо переживати переважно у міському навколишньому середовищі та які впливають на більшість людей. Серед них: забрудненість довкілля, велика кількість людей на вулиці, злочинність, галас, анонімність тощо [8, с.260]. При цьому нею наголошується, що сприйняття стресу довкілля залежить від того, як сильно ми переживаємо стресові чинники, зміни або зменшення інтенсивності яких ми можемо контролювати залежно від наших бажань.

Таким чином, підсумовуючи, слід відзначити, що міське середовище має свої плюси і мінуси у плані попередження емоційного вигоряння фахівців. З одного боку, це впливи агресивні (шум, візуальні характеристики тощо), які ще більше підсилюють психічну напруженість, що має місце на робочому місті. З іншого боку, саме соціокультурні чинники (багатоманітність культури, контактів, можливостей) можуть допомогти відволіктися від виробничих проблем.

Література

1. Барковская А. Ю. Стресс-факторы в социокультурном пространстве современного большого города [Электронный ресурс] / А. Ю. Барковская, М. П. Назарова // Известия ВолгГТУ. – Выпуск № 5 (132) / том 16. – 2014. – С. 38-42. – Режим доступа : http://cyberleninka.ru/article/n/stress-faktory-v-sotsiokulturnom-

prostranstve-sovremennogo-bolshogo-goroda#ixzz3yYvKqjv3 – Название с экрана. – Дата обращения: 27.01.16.

2. Гінгіна Олена. Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання: семінар-тренінг [Текст] / О. Гінгіна // Соціальний педагог : всеукр. газ. для фахівців. – 2014. – № 10 (жовтень). – С. 47-56.

3. Город в процессах исторических переходов. Теоретические аспекты и социокультурные характеристики [Текст] / [ред. кол. В. Л. Каганский и др.] ; [отв. ред. Е. В. Сайко]. – М. : Наука, 2001. – 392 с.

4. Гущіна О. В. Вплив архітектурних об'єктів на психоемоційний стан людини [Текст] / О. В. Гущіна, Л. М. Бармашина // Проблеми розвитку міського середовища : наук.-техн. збірник. – К. : НАУ, 2010. – Випуск 3. – С. 41-48.

5. Лурье Л. Я. «Питерщики» в Петербурге [Текст] / Л. Я. Лурье // Город и горожане в России XX века : материалы российско-французского семинара. – СПб, 2001. – С. 88.

6. Матяш С. В. Человек в городе: социол. очерки [Текст] / С. В. Матяш. – К. : Политиздат Украины, 1990. – 223 с.

7. Орищин Л. Стрес, що виникає у міському довкіллі [Текст] / Лідія Орищин // Вісник Львів. ун-т. Серія. Філософські науки. – 2008. – Вип. 11. – С. 247-258.

8. Орищин Л. Стрес міського довкілля і його різновиди [Текст] / Лідія Орищин // Вісник Львів. ун-т. Серія. Філософська. – 2009. – Вип. 12. – С. 260-268.

9. Пруцакова О. Л. Вплив зовнішніх чинників міського середовища на екологічну поведінку школярів [Текст] / О. Л. Пруцакова // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. Зб. наук. праць / Ін-т проблем виховання АПН України. – Кіровоград : ТОВ «Імекс-ЛТД», 2010. – Вип. 14, кн. І. – С. 388-397.

10. Серегина А. Д. Проблема синдрома эмоционального выгорания в современном обществе [Электронный ресурс] / Серегина Альбина Дмитриевна // Психология в России и за рубежом : материалы междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, октябрь 2011 г.). – СПб. : Реноме, 2011. – С. 87-89. – Режим доступа : http://www.moluch.ru/conf/psy/archive/32/1184/ – Название с экрана. – Дата обращения: 01.11.14.

11. McGrath J. E. Social and psychological factors in stress / by Joseph E. McGrath. – New York : Holt McDougal,1970. – 363 p.