

Отчуждение труда и проблема профессионального выгорания

**Квеско Раиса Брониславовна, доктор философских наук, доцент;
Чаплинская Яна Игоревна, аспирант**

Национальный исследовательский Томский политехнический университет

Квеско Светлана Брониславовна, кандидат физ.-математических наук, доцент
Национальный исследовательский Томский государственный университет

В статье рассматривается проблема профессионального выгорания в контексте отчуждения труда. Проблема профессионального выгорания основанная на эмоциональном факторе, обусловленном отчуждением личности от процесса трудовой деятельности, является в настоящее время актуальным. Актуализация данного феномена обусловлена необходимостью снятия негативных последствий стрессовых ситуаций.

Ключевые слова: отчуждение, профессиональное стрессовая ситуация, выгорание, эмоциональное выгорание.

В обществе любой эпохи человек вынужден принимать условия, в которых ему приходится жить. На это его толкает потребность самосохранения, но в то же время есть такая проблема, как безразличие человека к самому себе. И эта черта человека сопутствует выполнению социальных ролей, обязанностей и долгу человека как члена определенного социума.

Постоянные социальные, экономические, политические и культурные перемены стали причиной в изменении содержания сфер жизни общества. Субстанцией человека является свободная деятельность. Российское общество находится на стадии развития психологической зрелости, что формирует его как гражданское. К обществу, где нарастает стремление граждан к «самоидентификации», где каждый имеет право на выбор собственного пути развития [1].

В это же время устанавливаются другой формат взаимодействия общества и государства. Государство теряет контроль над сферами жизни общества. А гражданское общество, в свою очередь, находится в процессе выработки альтернатив контроля общества.

Важной особенностью гражданского общества считается высокое сознание людей. Человек все больше начинает ориентироваться на духовность, созидание, а в условиях постоянно изменяющегося соотношения духовного, социального, экономического и политического статуса, мировоззренческих установок личность вынуждена менять свои социально-психологические установки [2].

Встает задача изменения социально-психологических установок, ценностных ориентиров в контексте формирования гражданского общества. Взгляд на то, что хорошо, а что плохо становится иным. Формируется понятие о мире, который более многогранен, мультиаспектен.

Гражданское общество раскрывает свободу мысли, дела, поступка. Отношение к прежним постулатам трансформируется. По-другому представляется семья, отношения с друзьями, работа. Формируется новое отношение к деятельности, труду. Под влиянием новых отношений и взаимодействий происходит определенное изменение феномена отчуждения личности, в том числе: отчуждение труда.

Преодоление отчуждения является индивидуальной экзистенциальной задачей не только каждого в отдельности, но и общества, в целом. Меняется постановка проблемы отчуждения в сознании людей. Изменение сути проблемы отчуждения связано с предметной деятельностью человека.

Человек должен обеспечить физиологический и социальный минимум: минимум базовых потребностей, чтобы

не испытывать страх перед голодом, нищетой и деградацией. Таким образом, формируется эмоциональное выгорание человека, а в итоге происходит формирование скрытого принуждения человека к деятельности, в том числе и к труду [3]. И в результате возникает отрицательное восприятие человеком себя как субъекта свободного, способного к самореализации своих потребностей и возможностей. В рамках гражданского общества проблема отчуждения приобрела облик в лице синдрома профессионального выгорания или так называемого синдрома «Burnout».

Феномен определяется тремя измерениями:

- Эмоциональное истощение. Характеризуется чувством перенапряжения и истощением эмоциональных ресурсов.
- Обезличивание. Возникает ощущение социальной изоляции. Проявляется в циничном отношении к работе и коллегам.
- Снижение личных достижений. Характеризуется чувством некомпетентности на работе, безуспешности.

В процессе изучения материала мы видим отражение отчуждения труда в профессиональном выгорании и отражение профессионального выгорания в отчуждении труда.

Можно утверждать, что отчуждение труда в гражданском обществе — это этап процесса осознания индивидом собственных нежеланий, характеризующийся временным распадом целостности человеческого бытия и влекущий за собой переформирование ценностных ориентиров индивида. Человек свободен в выборе своей деятельности и вправе ее менять, получать дополнительное образование, развиваться. Отчуждение труда стало процессом постепенного отказа человека от того, что ему не нужно, что не вызывает циркуляции потоков жизненной энергии.

После изматывающего озарения часть общества начала «просыпаться» и стал проявляться интерес к самому себе. Стало важным получать то образование, которое нам интересно. Труд перестал восприниматься как лишь рабочий день. Это понятие стало широким, всеобъемлющим и позволяющим каждому усилению и устремлению, будь то интеллектуальному либо физическому быть признанным как труд. Данный процесс можно сравнить с «перерождением». Разрушается старое, создается новое.

Вначале процесс «перерождения» индивидуального сознания носит испытывающий, поглощающий и разрушающий характер. По этой причине профессиональные выгорания, эмоциональные истощения, синдром «burnout» так часто встречаемы в 21 веке. Пройдя этот период, открывается новое восприятие жизни, ценностей. Приходит пони-

мание ответственности за свою жизнь и за все те события, которые происходят вокруг.

Можно утверждать, что состояние стресса, определенная рискогенность общества, профессиональное выгорание и эмоциональное перенапряжение, а соответственно, и отчуждение являются характерными для нашего времени. Для снятия профессионального выгорания и эмоционального напряжения необходима работа по формированию

установок и ценностей, направленных на формирование здорового образа жизни и деятельности, гражданского общества.

Качество собственной жизни и деятельности каждый человек должен определить сам посредством саморегуляции и освобождения от состояния перенапряжения и выгорания, характерных для феномена отчуждения.

Литература:

1. Justice as an Indicator of Well-being in Modern Society By Kornienko, Alla A.; Syryamkina, Evgeniya V. In Proceedings of The International Conference on Research Paradigms Transformation in Social Sciences 2014 (RPTSS-2014), Procedia - Social and Behavioral Sciences. 2015-01-07 166:122-126 Language: English. DOI: 10.1016/j.sbspro.2014.12.495

2. Квеско Р.Б., Квеско С.Б. К вопросу о понятии «благополучие» // Общество и непрерывное благополучие человека: сборник научных трудов Международного научного симпозиума / Под ред. Г.А. Барышевой, Л.М. Борисовой, Томск, 27-30 марта 2014. – Томск: Изд-во ТПУ, 2014. – С. 214–217

3. Kvesko R.B., Kvesko S.B., Chaplinskaya Y.I. «Burnout» is result of emotional and psychological burning: philosophical discourse // Proceedings of the 2nd International Sciences Congress «Fundamental Studies in America, Europe and Asia: Humanitarian and Social Sciences». International Agency for Development of Culture, Education and Science. USA, New York, 2014. Applied Studies in America, Europe, Asia and Africa” (USA, New York, 27 September 2014). Volume II. «Columbia Press». New York, 2014.