

Н. В. Денис, М. В. Белавкина

РЕЧЕВАЯ КОММУНИКАЦИЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ В СФЕРЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. В статье рассматриваются проблемы профессионального выгорания работников в сфере обеспечения безопасности трудовой деятельности сквозь призму речевой коммуникации. Систематизированы основные факторы, обуславливающие эмоциональное напряжение в профессиональном общении, и проанализирована их связь с риском развития выгорания. Особое внимание уделено специфике коммуникативных процессов в условиях цифровизации. Предложены практические рекомендации по формированию и совершенствованию навыков профессионального общения, включая элементы речевого этикета и стратегий снижения коммуникативной нагрузки, направленные на профилактику профессионального выгорания и повышение уровня безопасности труда.

Ключевые слова: обеспечение безопасности, профессиональное выгорание, трудовая деятельность, коммуникативные навыки, речевой этикет.

Для цитирования: Денис, Н. В. Речевая коммуникация и профессиональное выгорание в сфере обеспечения безопасности трудовой деятельности / Н. В. Денис, М. В. Белавкина // Труды Ростовского государственного университета путей сообщения. – 2026. – №. 1. – С. 31–36. – DOI 10.46973/1818-5509_2026_1_31.

Актуальность. Российская экономика сегодня сталкивается с масштабными вызовами, что связано с глобальной цифровизацией, санкционной политикой, дестабилизацией внешнеполитической ситуации, переориентацией сложившихся связей, необходимостью в ускоренном темпе развивать новые, либо модернизировать существующие отрасли. На государственном уровне разрабатываются инновационные программы и национальные проекты, которые должны способствовать социально-экономическому развитию страны [1].

В этих условиях важное значение играет «человеческий капитал», и прежде всего, состояние здоровья работников. Сегодня уже недостаточно говорить о контролирующей роли системы «охраны труда», которая имеет в нашей стране глубокие корни и выполняет важнейшую функцию обеспечения безопасности сотрудников на производстве и минимизацию рисков профессиональных заболеваний [2]. Важно формировать среду, связанную с оптимизацией процессов сохранения здоровья работников, в частности направленную на предотвращение профессионального выгорания [3, 4].

Цель работы: изучить роль речевой коммуникации в формировании профессионального выгорания на фоне цифровизации всех сфер современной жизни и деятельности.

Результаты исследования. В 70-х годах XX века термин «профессиональное выгорание» был использован психологами, как определяющий не только снижение качества деятельности работника, но, и как обоснование ухудшения его здоровья. Распространенность данного явления в наши дни подтверждается фактом включения в Международную классификацию болезней (МКБ) как фактор, который может влиять на физическое и ментальное здоровье [4].

Сегодня данной теме отводится достаточное внимание в научной литературе, а само явление изучается специалистами различных областей знаний. Наиболее распространенным

является определение выгорания как состояния эмоционального, физического и ментального истощения, вызванного чрезмерным и длительным стрессом на рабочем месте [4]. Безусловно, стрессовые ситуации могут провоцироваться чрезмерной нагрузкой, уровнем ответственности при выполнении трудовых функций, личностно-ролевыми конфликтами и другими факторами. Однако, большинство исследователей признает существование повышенного риска выгорания в профессиях типа «человек-человек», причем реакция организма на продолжительный коммуникативный стресс является определяющей.

Проявлением коммуникативного стресса является повышенная конфликтность, неумение контролировать собственные реакции, подверженность манипулятивным воздействиям. Снизить негатив в общении можно используя навыки речевой коммуникации. Последняя в профессиональной деятельности выполняет ряд взаимосвязанных функций, среди основных можно выделить интерактивную, информационную, регулятивную (рисунок 1).

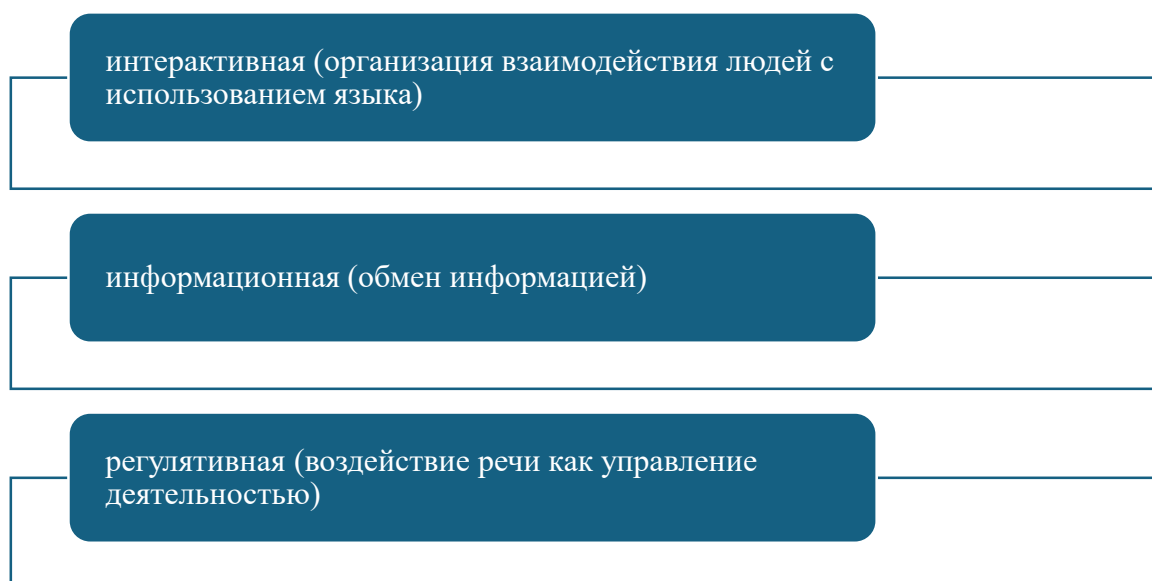


Рис. 1. Основные функции речевой коммуникации

Реализация указанных функций – сложное явление, поскольку предусматривает взаимодействие субъектов. Порождение речи предусматривает ее адекватное восприятие (и содержательное, и эмоциональное), так как в процессе речевого взаимодействия субъектов участвуют их мышление, воля, эмоции. В противном случае существует риск возникновения непонимания, эмоционального напряжения, что в итоге снижает продуктивность производственных процессов и влияет на микроклимат в трудовом коллективе.

Успешное декодирование информации возможно при схожих подходах к речевой культуре в трудовом коллективе. Вербальная и невербальная коммуникация имеет отношение к эмоциональной сфере, а также к проявлению когнитивных способностей.

Общепризнанно, что трансформация языка не только отражает изменения, происходящие в обществе, но и позволяет искать пути использования общения для развития самих людей, оптимизации их взаимодействия. Происходящей в настоящее время метаморфозе языка способствовал целый ряд причин. «Упрощение» и даже примитивизация различных форм общения вследствие цифровизации всех сфер жизни и деятельности, а также стремительное внедрение дистанционных технологий на фоне ковидных ограничений признаются важнейшим фактором риска развития различных заболеваний (в том числе когнитивных дефицитов) и ускоренного старения [5, 6].

Сегодня в деловом общении практически не проявляется контактоустанавливающая (социативная или фактическая) функция языка, которая позволяет сформировать

эмоциональную окрашенность речи, настроить собеседника на точное восприятие информации. К речевому этикету имеет отношение такая функция языка как эмотивная, связанная с выражением эмоций, чувств, отношений человека [7]. Такой «обедненный» тип общения может способствовать снижению взаимопонимания, особенно в ситуациях командной работы. Безусловно, точные установки и рекомендации способствуют оптимизации времени на восприятие задачи, но при этом у сотрудника может формироваться эмоциональное напряжение, связанное с ощущением «неоцененности» собственной роли и результатов труда.

В стремлении к экономии времени и упрощению сообщений, особенно в письменных формах, все чаще используются графические изображения (эмодзи). Считаем, что это усредняет эмоции автора, и может даже осложнять общение, так как адресату затруднительно адекватно понять эмоции, которые вкладывает автор сообщения в тот или иной символ. Кроме того, использование шаблонных изображений зачастую идет вразрез с правилами речевого этикета, искажая установленный порядок иерархических отношений [7]. Действительно, в деловом общении субординация рассматривается как инструмент для эффективной работы. Ее несоблюдение часто провоцирует конфликты и напряженность, а также может привести к психологическим срывам и, в целом, к снижению эффективности деятельности. В этом контексте использование речевых оборотов, направленных на реализацию конативной функции языка, позволяет избегать конфликтных ситуаций и недопонимания в коллективе сотрудников. Именно поэтому «классические» требования делового общения как никогда актуальны, поскольку позволяют правильно структурировать решение поставленной задачи, четко осознавать собственную позицию.

Более того, современная практически безэмоциональная речь, подстроенная под компьютерные технологии, приводит не только к определенным сложностям во взаимоотношениях между людьми, но и снижает эффективность восприятия и интерпретации информации. Работа с построением сложных фраз, включающих деепричастные обороты, влияет на творческую рефлексию. К сожалению, современный стиль общения предполагает использование простых и коротких сообщений. При этом современные девайсы предлагают готовые решения в выборе слов. Это снижает потребность пользователей в поиске наиболее точных, при этом выразительных форм, в полной мере передающих настроение.

Речь, связанная с использованием синонимов, антонимов и омонимов позволяет в общении выделять множество оттенков эмоциональных состояний, а также в полной мере оценивать происходящие события. Существуют экспериментальные доказательства взаимосвязи между «наполненностью» языка, скоростью чтения и точностью восприятия информации [8]. В практике советской системы образования использовалась методика изучения большого объема текстов, их анализ и пересказ. Это работало именно на улучшение памяти, аналитических способностей.

В решении профессиональных задач важно использовать групповые формы работы, поскольку умение вести диалоги с несколькими партнерами обогащает словарный запас и требует четкого выстраивания речевых оборотов, что связано с систематизацией и обобщением информации.

Для преодоления профессионального выгорания рекомендуется использовать стиль общения с ориентацией на процесс деятельности либо на собеседника. Так как есть исследования, которые доказывают, что к эмоциональной напряженности приводит использование в коммуникации прагматичности и прямолинейности [9, 10]. Рекомендуется при отправлении письменной информации использовать корректное и профессиональное приветствие, включая имя получателя, если это уместно. Персонализированное приветствие делает сообщение дружелюбным.

Важно определять и, даже формализовать временные лимиты для встреч и консультаций. Избегать длительных вариаций общения, используя паузы. И, что наиболее важно, формировать представления о личностной ценности каждого сотрудника, поскольку

оздоровительные технологии, основанные на человеческих ценностях, становятся лейтмотивом совершенствования производства [10, 11].

Заключение. Проведенный анализ роли речевой коммуникации в профессиональном выгорании показал необходимость соблюдения норм делового этикета, сохранения социально одобренных конструкторов общения. Это формирует правильную модель поведения работника, снижает риск конфликтов в исполнении трудовых функций. Признавая одной из целей коммуникации эмоциональное взаимодействие между сотрудниками, важно использовать выразительные средства, связанные с пониманием работником собственной значимости в коллективе. Правильно организованная коммуникация позволяет грамотно управлять временными ресурсами и планировать совместную деятельность. Соблюдение навыков общения позволяет сохранить эмоциональную устойчивость сотрудника, особенно в конфликтных ситуациях, либо при решении неординарных задач, что будет способствовать оптимизации трудовой деятельности и, в целом сохранению здоровья и профессионального долголетия [11].

Список литературы

1. **Макар, С. В.** Стратегические цели национального развития России: риски и возможности / С. В. Макар, Е. И. Медведева, С. В. Крошилин, А. В. Ярашева // Дискуссия. – 2024. – № 7(128). – С. 61–71. – DOI 10.46320/2077-7639-2024-7-128-61-71.
2. **Финоченко, Т. А.** Новые аспекты охраны труда в условиях боевых действий и гибридных войн / Т. А. Финоченко, Д. С. Лысенко // Физическая культура, спорт, здоровье и долголетие. Материалы четырнадцатой международной научной конференции. – Ростов-на-Дону – Таганрог, 2025.- С. 81–88
3. **Финоченко, Т. А.** Состояние психосоматического здоровья в неблагоприятных условиях профессиональной деятельности / Т. А. Финоченко, А. В. Лысенко, Д. С. Лысенко. – Ростов-на-Дону, 2017. – 101 с.
4. **Хальфин, Р. А.** Профессиональное выгорание медицинских работников: актуальный вопрос управления системой здравоохранения / Р. А. Хальфин, П. С. Смольникова, А. С. Столкова // Национальное здравоохранение. – 2023. – №4 (2). – С. 40 – 46. <https://doi.org/10.47093/2713-069X.2023.4.2.40-46>
5. **Лысенко, Д. С.** Ускоренное старение как риск цифровизации образования: возможности профилактики / Д. С. Лысенко, А. В. Лысенко, Л. А. Сорокина, Л. А. Буйнов,

References

1. **Makar, S. V.** Strategic goals of national development of Russia: risks and opportunities / S. V. Makar, E. I. Medvedeva, S. V. Kroshilin, A. V. Yarasheva // Discussion. - 2024. - No. 7 (128). - P. 61-71. - DOI 10.46320/2077-7639-2024-7-128-61-71.
2. **Finochenko, T. A.** New aspects of labor protection in combat and hybrid wars / T. A. Finochenko, D. S. Lysenko // Physical education, sports, health and longevity. Proceedings of the fourteenth international scientific conference. – Rostov-on-Don – Taganrog, 2025.- P. 81–88
3. **Finochenko, T. A.** The state of psychosomatic health in unfavorable conditions of professional activity / T. A. Finochenko, A. V. Lysenko, D. S. Lysenko. – Rostov-on-Don, 2017. – 101 p.
4. **Khalfin, R. A.** Professional burnout of medical workers: a topical issue of healthcare system management / R. A. Khalfin, P. S. Smolnikova, A. S. Stolkova // National Healthcare. – 2023.- No. 4 (2). – P. 40 – 46. <https://doi.org/10.47093/2713-069X.2023.4.2.40-46>
5. **Lysenko, D. S.** Accelerated aging as a risk of digitalization of education: possibilities of prevention / D. S. Lysenko, A. V. Lysenko, L. A. Sorokina, L. A. Buynov, A. V. Arutyunyan

А. В. Арутюнян // Успехи геронтологии. - 2022. – Т. 35, № 1. – С. 61–67.

// Advances in Gerontology. - 2022. – Vol. 35, No. 1. – P. 61–67.

6. **Яковлева, Е. А.** Назад в будущее: примитивизация, варваризация или новые сценарии? /Е. А. Яковлева, Р. А. Григорьев // Russian Journal of Economics and Law. – 2024. - №4. – С. 1007 – 1023

6. **Yakovleva, E. A.** Back to the Future: Primitivization, Barbarization, or New Scenarios? / E. A. Yakovleva, R. A. Grigoriev // Russian Journal of Economics and Law. – 2024. - No. 4. – P. 1007 – 1023.

7. **Курченкова, Д. А.** Пути формирования молодежного сленга в цифровой среде / Д. А. Курченкова, А. А. Менщикова // Актуальные проблемы теории и практики социально-гуманитарных наук. Сборник научных статей. – Москва, 2025. – С. 186–191.

7. **Kurchenkova, D. A.** Ways of Formation of Youth Slang in the Digital Environment / D. A. Kurchenkova, A. A. Menshchikova // Actual Problems of Theory and Practice of Social and Humanitarian Sciences. Collection of Scientific Articles. – Moscow, 2025. – P. 186–191.

8. **Belavkina M. V., Lysenko D. S., Finochenko T. A.** Impact of information on human health: educational and professional aspects // BIO WEB OF CONFERENCES. XVII International Scientific and Practical Conference “State and Development Prospects of Agribusiness” (INTERAGROMASH 2024). EDP Sciences, 2024. – P. 06001

8. **Belavkina M. V., Lysenko D. S., Finochenko T. A.** Impact of information on human health: educational and professional aspects // BIO WEB OF CONFERENCES. XVII International Scientific and Practical Conference “State and Development Prospects of Agribusiness” (INTERAGROMASH 2024). EDP Sciences, 2024. – P. 06001

9. **Лысенко, Д. С.** Активное и здоровое долголетие: надежды, разочарования, перспективы / Д. С. Лысенко, А. В. Лысенко, В. Н. Федорец, А. В. Арутюнян // Университетский Терапевтический Вестник. – 2023. – 5 (2). – С. 57–67.

9. **Lysenko, D.S.** Active and healthy longevity: hopes, disappointments, prospects / D. S. Lysenko, A. V. Lysenko, V. N. Fedorets, A. V. Harutyunyan // University Therapeutic Bulletin. – 2023. – 5 (2). – P. 57–67.

N. V. Denis, M. V. Belavkina

SPEECH COMMUNICATION AND PROFESSIONAL BURNOUT IN THE FIELD OF ENSURING LABOR SAFETY

Abstract. This article examines the problems of professional burnout in the field of occupational safety through the lens of verbal communication. It systematizes the main factors that cause emotional stress in professional communication and analyzes their relationship with the risk of burnout. Particular attention is paid to the specifics of communication processes in the context of digitalization. Practical recommendations are offered for developing and improving professional communication skills, including elements of speech etiquette and strategies for reducing communication stress, aimed at preventing professional burnout and improving occupational safety.

Keywords: safety, professional burnout, work activity, communication skills, speech etiquette.

For citation: Denis, N. V. Speech Communication and Professional Burnout in the Field of Ensuring Labor Safety / N. V. Denis, M. V. Belavkina // Trudy Rostovskogo gosudarstvennogo universiteta putej soobseniya. – 2026. – № 1. – P. 31–36. – DOI 10.46973/1818-5509_2026_1_31.

Сведения об авторах

Денис Наталья Владимировна

Полоцкий государственный университет
им. Е. Полоцкой (ПГУ),
гуманитарный факультет, доцент,
кафедра «Физической культуры»,
e-mail: n.hryshanava@psu.by

Белавкина Марина Валерьевна

Южный федеральный университет (ЮФУ),
Академия физической культуры и спорта,
кандидат педагогических наук, доцент,
e-mail: mvbelavkina@sfedu.ru

Information about the authors

Denis Natalia Vladimirovna

Polotsk State University named after E.
Polotskaya (PSU),
Faculty of Humanities,
Associate Professor, Chair «Physical
Education»,
e-mail: n.hryshanava@psu.b

Belavkina Marina Valeryevna

Southern Federal University (SFedU),
Academy of Physical Education and Sports,
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate
Professor,
e-mail: mvbelavkina@sfedu.ru