

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский  
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ К  
НЕБЛАГОПРИЯТНЫМ ФАКТОРАМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СРЕДЫ  
У СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИОНОМИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ**

**АВТОРЕФЕРАТ**

Студента(ки) 2 курса 244 группы  
направления 44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля Диагностика и коррекция психического развития  
факультета психолого-педагогического и специального образования  
**АРИНУШКИНОЙ НАТАЛЬИ СЕРГЕЕВНЫ**

Научный руководитель  
доктор психол.наук, профессор \_\_\_\_\_

**Р.М.Шамяонов**

Зав. кафедрой  
доктор психол.наук, профессор \_\_\_\_\_

**Р.М.Шамяонов**

Саратов  
2017

## *Общая характеристика работы*

Возросшая напряженность и интенсивность жизни современного человека влечет к увеличению проявлений негативных состояний, возросшие требования к личности, требования к интенсивности и выносливости, силе воли, постоянно заставляют человека испытывать напряжение, накапливаются и проявляются через ухудшение физического и психологического здоровья, ухудшают самочувствие, негативно сказываются на эффективности профессиональной деятельности.

Стрессовые реакции провоцируют проявления неустойчивых психических состояний, влекут за собой потерю профессионализма, понижение эффективности своей деятельности, затрудняют профессиональный рост, оказывают негативное воздействие не только на здоровье, но и механизмы социально-психологической адаптации личности профессионала. Как следствие, возможны социально-психологические и социально-экономические результаты таких процессов воплощенные в снижении удовлетворенности трудом со стороны профессионала, нарастание синдрома эмоционального выгорания как следствие деформация личностных и характерологических свойств, в повышенной текучести кадров в организациях и на предприятиях связанных с эмоционально насыщенной деятельностью.

В этой связи современные требования к личностным особенностям специалиста и профессиональным знаниям и умениям усложняются, возрастают требования к психологической подготовке и сопровождению профессионала, сохранению психического здоровья и работоспособности, устранению негативных факторов профессиональной среды. Все это относится особенно к специалистам социэкономического профиля, которые интенсивны во взаимоотношениях с окружающими, а предметом их труда является другой человек.

Внедрение систем по сопровождению и профилактики негативных стрессовых состояний личности профессионала позволит совершенствовать подготовку специалистов к реализации задач профессиональной деятельности, с учетом особенностей профессиональной деятельности, применительно к социэкономическим профессиям.

Психологическая профилактика негативных стрессовых состояний, монотонии, неблагоприятных условий профессиональной среды, будет способствовать поддержанию, сохранению, развитию психического здоровья сотрудников организации, что в свою очередь станет ресурсом к преумножению профессиональной готовности, специалиста, укреплению дисциплины, мотивации к профессиональной деятельности.

Стрессоустойчивость и показатели работоспособности становятся важными психологическими факторами в обеспечении эффективности, прочности и росте достижений в профессиональной деятельности как совместной, так и индивидуальной. В этой связи сопровождение

психологической устойчивости к негативным факторам профессиональной среды, в рамках профессий социономического профиля, становится актуальным на современном этапе.

**Объект исследования:** психологическая устойчивость личности.

**Предмет исследования:** гендерные и возрастные различия психологической устойчивости к неблагоприятным факторам профессиональной среды у специалистов социономического профиля.

**Гипотезой** нашего исследования выступило предположение о том, что существуют особенности в проявлениях психологической устойчивости к неблагоприятным факторам профессиональной среды у специалистов социономического профиля в зависимости от пола, возраста, стиля саморегуляции поведения и уровня самоактуализации.

**Частные гипотезы:**

1. Существует взаимосвязь показателей психологической устойчивости со стилем саморегуляции поведения и характеристиками самоактуализации личности у специалистов социономического профиля.

2. Существуют различия во взаимосвязи показателей психологической устойчивости со стилем саморегуляции поведения и характеристиками самоактуализации личности у специалистов социономического профиля в зависимости от возраста.

**Цель исследования:** выявить особенности психологической устойчивости к неблагоприятным факторам профессиональной среды у специалистов социономического профиля.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать проблему психологической устойчивости и профессионального стресса у специалистов социономического профиля в психолого-педагогической литературе.

2. Определить уровень развития организационного стресса, состояний сниженной работоспособности и стрессоустойчивости у специалистов социономического профиля.

3. Выявить взаимосвязь показателей психологической устойчивости со стилем саморегуляции поведения и характеристиками самоактуализации личности у специалистов социономического профиля.

4. Выявить гендерные и возрастные различия психологической устойчивости к неблагоприятным факторам профессиональной среды и ее детерминант (показателей саморегуляции и самоактуализации) у специалистов социономического профиля.

5. Разработать систему психологических рекомендаций для повышения уровня психологической устойчивости к неблагоприятным факторам профессиональной среды специалистов социономического профиля.

**Методологическая основа исследования:**

- исследования ученых в области изучения психологической устойчивости (Н.А. Аминов, И.Э. Стрелекова, Л.М. Аболин, А.Л. Южанинова, Г.С. Михайлов, М.Ф. Секач, А.А. Деркач);
- исследования ученых в области изучения стрессоустойчивости как одного из компонентов психологической устойчивости (М.Ф. Секач, О.Д. Привалова, С.А. Козлов, Ю.Н. Гурьянов, В.Ф. Власов);
- исследования ученых в области изучения профессионального стресса (Б.В. Овчинников, А.И. Колчев, Щербатых Ю.В.);
- исследования ученых в области изучения гендерных различий стрессоустойчивости (Н. Н. Обозов, В. Г. Горчакова, Д.А. Жуков, Е.П. Ильин)

Для решения поставленных задач и проверки сформулированной гипотезы применялись следующие **методы**:

- 1) теоретический анализ и обобщение литературных источников по проблеме исследования;
- 2) метод сбора информации – тестирование;
- 3) методы математической обработки данных – описательная статистика, вычисление U-критерия Манна-Уитни, корреляционный анализ (коэффициент корреляции Спирмена для отличного от нормального распределения данных) при помощи программы SPSS for Windows;
- 4) методы интерпретации полученных данных.

**Методики исследования:**

1. Шкала организационного стресса Маклина (ОС) (русскоязычная адаптация Н.Водопьяновой);
2. Опросник дифференциальной диагностики состояний сниженной работоспособности (ДОРС) А. Леоновой, С. Величковой;
3. Методика «Самооценка стрессоустойчивости» С. Коухена, Г. Виллиансона;
4. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой;
5. Методика изучения самоактуализации личности (самоал) адаптированная и модифицированная Н.Ф.Калиной.

В рамках проведенной работы можно говорить о наличии **теоретической значимости** проведенного исследования, заключающегося в определениях показателей психологической готовности специалистов социномического профиля, теоретической проработанности вопросов негативных факторов профессиональной среды направленных на профилактику стрессовых состояний и синдрома эмоционального выгорания.

**Практическая значимость исследования** представляется в возможности применении полученных данных по результатам исследования с целью разработки дифференцированных психологических программ разной направленности, как профилактических, так и коррекционных, сконцентрированных на формировании позиций жизнестойкости, увеличении уровня психологической устойчивости личности специалиста.

В рамках организационного сопровождения специалистов можно говорить об использовании диагностических и коррекционных процедур, которые позволяя психологам-практикам оперативно оказывать психологическую помощь в первичном определении негативных факторов, неблагоприятно воздействующих на специалиста и целенаправленно воздействовать на работника с целью повышения качества жизни специалиста, повышения эффективности его деятельности, как в рамках индивидуальной занятости, так и коллективной. Результаты исследования, выявленные психологические особенности устойчивости специалиста социомического профиля могут выступить базой для планирования и реализации программ социально-психологического сопровождения студентов и специалистов, ориентированных на повышение работоспособности, стрессоустойчивости личности в условиях стрессовых ситуаций.

**Эмпирическая база исследования** представлена выборкой состоящей из 102 испытуемых, специалистов социомического профиля. Выборка уравновешена по возрастному и гендерному составу.

**Апробация результатов исследования.** Результаты исследования обсуждались на следующих научных конференциях:

- V Международная научная конференция «Конфликты в современном мире: международное, государственное и межличностное измерение» (г. Саратов),
- Международная научно-практическая конференция «Основные вопросы теории и практики педагогики и психологии» (г. Омск),
- Всероссийская научно-практическая конференция «Акмеологические векторы профессионализации личности в обществе вызовов и угроз» (г. Саратов).

Основные результаты исследования реализованы в публикациях:

Аринушкина Н.С. Формирование профессионально важных качеств: подходы к пониманию // Актуальные проблемы экономики и менеджмента. Саратов, 2015. № 2 (6). С. 121-131

Психология личности профессионала как субъекта труда (глава в коллективной монографии) // Психология в техническом вузе. Саратов: ООО Изд-во «КУБиК», 2016. ISBN 978-5-91818-480-6

Аринушкина Н.С. Психологические факторы эффективности деятельности специалистов с различным профессиональным профилем: монография. М.: Каллиграф, 2016. 100 с. ISBN 978-5-90363-086-8.

### *Основное содержание работы*

Во введении обосновывается актуальность проблемы исследования, анализируется степень ее научной разработанности. Определяются объект, предмет, цель, задачи, научная новизна, теоретическая и практическая значимость, методологическая база.

В первой главе «Теоретический анализ проблемы психологической устойчивости к неблагоприятным факторам профессиональной среды» дан теоретический анализ понятийного поля проблемы формирования психологической устойчивости.

Адаптивность, способность к изменениям в рамках движений жизненных стратегий понимается как одно из наиболее ценных свойств личности, отвечающее за развитие личностных структур. Психологическая устойчивость выступает показателем зрелости личности, характеризует человека с позиций ориентации на заданные цели, средства и процесс управления своей деятельностью, в рамках темпоральных характеристик и изменяющихся условий. Поэтому, психологическая устойчивость выступает обязательным аспектом совершенствования и формирования личности, позволяющей эффективно и приемлемо находить средства для адаптации и развития в рамках социально-психологических отношений.

Увеличение ресурса устойчивости психики становится актуальной проблемой для исследования в виду повышения ресурсов человека, увеличения нагрузок и конкуренции, усложнение осуществляемой деятельности, увеличении экономических и социально-психологических затрат на осуществление подготовки высококвалифицированного специалиста.

Д.С. Жилкин, В.Г.Горчакова, Е.Н. Талызина, Б.Б. Величковский, Е.А.Каминер, В.И.Власенко, Т.В. Маркелова, В.Р. Сары-Гузель, Ю.В. Хрусталева, Е.С. Карташова, А.В. Корзунин и др. исследователи обращаются к вопросам повышения уровня устойчивости психики, исследуют условия и особенности формирования психологической устойчивости в рамках различных психолого-педагогических и общепсихологических феноменов. В рамках современных исследований психологическую устойчивость трактуют как системную и целостную личностную характеристику, позволяющую предупредить негативные факторы среды.

В.П.Зинченко, О.А.Конопкин, Л.С.Нерсисян, В.А.Денисов, Г.М.Зараковский и др. выделяют показатель психологической устойчивости как характеристику и качество надежности в рамках динамических аспектов психических процессов функционирования в контексте трудовой деятельности.

Представлены следующими понятиями: «нравственная устойчивость» (В.Э. Чудновский), «устойчивость личности» (Л.И. Божович, Б. Басаров), «психологическая устойчивость» (С.А. Козлов, В.В. Аршинова, С.А. Шувалова), «психическая устойчивость» (В.М. Генковска, М.Ф. Секач, А.А. Коренев), «устойчивость к стрессу» (Б.В. Кулагин, Л.А. Кандыбович), «стрессоустойчивость» (О.А. Ахвердова, И.В. Боев), «помехоустойчивость» (Н.П. Казаченко, А.Ф. Ануфриев), «нервно-психическая устойчивость» (А.М. Столяренко, П.П. Дорогов), «морально-психологическая устойчивость» (Н.Ф. Феденко), «эмоциональная устойчивость» (Л.М. Аболин, В.Г. Пичугин),

«профессионально-психологическая устойчивость» (Е.В. Василенко), «эмоционально-волевая устойчивость» (В.Ф. Власов, И.И. Рудской)» [17].

Интенсивность проявлений негативных факторов окружающей, экономической, социально-психологической среды и условий сказываются на негативных стрессовых реакциях и состояниях угнетенности, монотонии, депрессиях современного человека.

В этой связи можно говорить об особых условиях и требованиях к профессиональной подготовке специалиста, психологическому становлению личностных структур, в том числе формированию устойчивости психики субъекта труда в рамках разнонаправленных и сложных, экстремальных условиях профессиональной деятельности. Психологическая грамотность и устойчивость, проявляется на разных уровнях, с позиции определения специалистом, субъектом труда стресс-факторов, воздействующих в рамках профессиональной деятельности и неблагоприятных условий профессиональной среды.

В результате теоретического поиска, анализа литературных источников установлена неоднородность подхода в трактовке проблемы устойчивости и ее проявлений. Психологическая устойчивость выступает системным свойством личности, объединяет в себе совокупность способностей и психолого-динамических характеристик разного уровня и степени проявлений. Одной из сторон формирования устойчивости является не только личностная сфера, но и формирование процессуальной составляющей деятельности, освоение умений, знаний, навыков в рамках выбранной сферы занятости. Одной из основных характеристик этого процесса является готовность к изменениям мира и своих представлений личности в рамках Я-концепции. В рамках акмеологии, саморегуляция личности профессионала понимается как система взаимосвязанных условий, влияющих на дальнейшее развитие и улучшение функционирования в рамках социальной среды, так и в рамках частных человеческих отношений. В процессе формирования позитивных стратегий саморегуляции значимым является формирование готовности личности к изменениям, целенаправленное планирование, прогнозирование своих возможных достижений, с учетом изменений окружающей среды, социально-психологических условий функционирования профессионала в рамках конкретно взятой организации, коллектива.

Во второй главе «Эмпирическое исследование особенностей психологической устойчивости к неблагоприятным факторам профессиональной среды специалистов социоэкономического профиля» описывается процедура, методы и методики исследования, результаты эмпирического исследования, даны их интерпретация.

В рамках проведенного психологического исследования получены результаты особенностей проявления психологической устойчивости личности к неблагоприятным факторам профессиональной среды в выборке специалистов социоэкономического типа:

Проведен сравнительный анализ возрастных и гендерных различий показателей устойчивости к неблагоприятным факторам профессиональной среды у специалистов социономического типа профессий.

Уровень восприимчивости к организационному стрессу выше в группе ранней зрелости, нежели чем в группе средней зрелости. В рамках возрастной группы средней зрелости проявляются устойчивые тенденции сопротивлению организационному стрессу, что свидетельствует о сформированных тенденциях к управлению ситуациями неопределенности и психологической загруженности, предпринимаются решительные действия по нейтрализации негативных аспектов профессиональной среды.

Для испытуемых группы ранней зрелости свойственна большая инициативность, динамичность в процессе осуществления своей профессиональной деятельности, нежели чем для испытуемых возрастной группы средней зрелости. У вторых обнаруживается направленность на улучшение продуктивности освоенной профессиональной деятельности, достижению высокооплачиваемой занятости, у них прослеживаются больше коллективная направленность на результат организации, нежели чем на индивидуальные достижения, как в периоде ранней зрелости.

Однако выраженность симптомов стресса наблюдается выше у представителей возрастной группы ранней зрелости.

В гендерных группах у представителей возрастной группы ранней зрелости также обнаружены значимые различия по признакам восприимчивости к организационному стрессу, способностям саморегуляции в принятии ценностей, показателям стрессоустойчивости.

Женская выборка данной возрастной группы более чувствительна к факторам организационного стресса, что проявляется в восприимчивости, повышенной утомляемости в процессе осуществления профессиональной деятельности, нервозности, эмоциональной нестабильности, соотносится с типом поведения «А».

В выборке мужчин особенностью саморегуляционных процессов является дефицит в принятии ценностей других людей, что возможно может стать затруднением и негативно влиять на возникновение конфликтных ситуаций, отсутствии вовлеченности в работу коллектива, реализацию совместной деятельности, особенно необходимо для специалистов социономического профиля.

Мужчины возрастной группы ранней зрелости больше подвержены стрессовым проявлениям, нежели чем женщины в этой группе. Что возможно связано с высокой ответственностью, которую возлагают на себя мужчины в отличие от женщин, поскольку направлены на профессиональную самореализацию, удержанием негативных эмоциональных реакций, сдерживании всех эмоциональных проявлений.

Также мужчинам данной возрастной группы – ранней зрелости свойственно проявление напряженности в работе, в отличие от выборки женщин.



В возрастной группе средней зрелости также выявлены значимые различия между представителями разного пола по следующим показателям: уровень восприимчивости к организационному стрессу, показателям саморегуляции - активности и продуктивности, принятию ценностей, показателям стрессоустойчивости.

В женской выборке проявление восприимчивости к факторам организационного стресса выше, нежели чем у мужчин.

Женщины по сравнению с мужчинами более эмпатичны и комфортны, они способны принимать ценности других, особенно, что касается деятельности в рамках постоянного взаимодействия в системе «человек-человек».

Женщины по сравнению с мужчинами в большей степени проявляют активность в деятельности. Данная тенденция может характеризовать поведение женщин с позиции активности личности, стимулирования мотивационной составляющей, повышения личностной значимости выполняемой деятельности, что соответственно повышает мобилизационные механизмы работоспособности, профилактически воздействуя на симптомы и негативные аспекты проявления организационного стресса.

В выборке женщин в периоде средней зрелости существуют тенденции к субъективной оценке наличия напряженности в работе, по сравнению с такими же тенденциями в выборке мужчин.

Изучены взаимосвязи показателей психологической устойчивости со стилем саморегуляции поведения и характеристиками самоактуализации личности у специалистов социомического профиля как в группах по возрастному признаку, так обобщенно по выборке представителей социомических профессий.

Получены статистически значимые взаимосвязи между следующими характеристиками по выборке у представителей социомического профиля: самостоятельность и активность (продуктивность), потребность в познании и широта интересов, взгляд на природу человека и принятие ценностей других, программирование и индексом утомления, гибкость и индекс стресса, общий уровень саморегуляции и организационным стрессом.

В результате корреляционного анализа получены статистически значимые взаимосвязи в возрастной группе ранней зрелости между планированием и самооценкой стрессоустойчивости, организационным стрессом и гибкостью, потребностью в познании и индексом пресыщения, креативностью и индексом монотонии.

Установлены статистически значимые взаимосвязи у специалистов социомического профиля средней зрелости между следующими признаками: ориентация во времени и когнитивность, аутосимпатией и принятием ценностей, общим уровнем саморегуляции и организационным стрессом.

Таким образом, можно говорить о наличии взаимосвязей между показателями стрессоустойчивости, саморегуляции и психологической

устойчивости в личностных профилях специалистов социномического профиля.

В результате сформулированы рекомендации по нейтрализации негативных последствий организационного стресса и других неблагоприятных условий профессиональной среды.