

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра Общей и консультативной психологии
наименование кафедры

Особенности психологического состояния у водителей

наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

с учетом стажа работы

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРА

студента (ки) 5 курса 513 группы

направления
(специальности) 37.03.01 «Психология»
код и наименование направления (специальности)

факультета психологии
наименование факультета, института, колледжа

Логуновой Ольги Александровны
фамилия, имя, отчество

Научный руководитель
(руководитель)

доцент, к.биол.н.

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Зинченко Е.М.

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

д.психол.н., доцент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Фролова С.В.

инициалы, фамилия

Актуальность исследования психологического состояния водителей с учетом их стажа работы обусловлена возросшими требованиями к профессиональной деятельности в условиях современного дорожного движения. Безопасность на дорогах во многом зависит не только от технических характеристик транспортных средств, но и от психофизиологических особенностей водителей, их эмоционального состояния, уровня стресса и когнитивных способностей. Несмотря на значительное количество исследований в области психологии труда и транспортной психологии, влияние стажа работы на психологическое состояние водителей остается недостаточно изученным, особенно в свете современных изменений в дорожной инфраструктуре и условий труда водителей.

Объект исследования – психологическое состояние водителей.

Предмет исследования – особенности психологического состояния водителей в зависимости от их стажа работы.

Цель исследования – выявить и описать особенности психологического состояния водителей с разным стажем работы, определить закономерности их проявления и возможные психологические риски.

Гипотеза исследования: Водители с большим стажем вождения демонстрируют более низкие уровни тревожности и профессионального выгорания, а также более высокую психологическую устойчивость по сравнению с водителями, имеющими малый стаж.

Для достижения поставленной цели были сформулированы следующие задачи:

1. Провести анализ теоретических подходов к изучению психологического состояния водителей.

2. Определить основные факторы, влияющие на психологическое состояние водителей в зависимости от их стажа работы.

3. Разработать и провести эмпирическое исследование с целью выявления специфических характеристик психологического состояния водителей с разным стажем.

4. Проанализировать полученные данные и сформулировать рекомендации по психологической поддержке водителей в зависимости от их профессионального опыта.

Степень разработанности проблемы в научной литературе свидетельствует о наличии многочисленных исследований, посвященных профессиональному стрессу, адаптации водителей к сложным условиям труда, когнитивным и эмоциональным аспектам их деятельности. Однако комплексное изучение влияния стажа на психологическое состояние требует дальнейшего анализа, что и обуславливает необходимость данного исследования.

Теоретическая и методологическая база исследования включает труды отечественных и зарубежных ученых в области психологии труда, транспортной психологии, стресс-менеджмента и когнитивной психологии. В качестве методологической основы используются системный, деятельностный и личностно-ориентированный подходы Г.Селье (Selye, 1976), Р. Лазарус (Lazarus & Folkman, 1984), С. Хобфолла (Hobfoll, 1989), В.Д. Шадрикова, Ч.Д. Спилбергер (Spielberger, 1972), А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн.

Методы исследования включают анализ и обобщение теоретических источников, анкетирование, психологическое тестирование, методики оценки эмоционального состояния и стрессоустойчивости, а также статистические методы обработки данных.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования его результатов для разработки рекомендаций по улучшению

психологического состояния водителей с разным стажем работы, что может способствовать повышению уровня их профессиональной деятельности и снижению вероятности дорожно-транспортных происшествий.

Структура работы: Выпускная квалификационная бакалаврская работа общим объемом 49 страниц состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемых литературных источников, включающего 51 единицу и приложений.

Основное содержание работы

Во введении обосновывается актуальность темы, формулируются объект, предмет, цель и задачи исследования, а также гипотеза. Подчеркивается значимость изучения психологического состояния водителей с учетом их стажа работы для повышения безопасности дорожного движения. Обосновывается выбор методологической базы, включающей системный, деятельностный и личностно-ориентированный подходы. Описываются методы исследования (анкетирование, психологическое тестирование, статистические методы) и практическая значимость работы.

В первой главе анализируются теоретические подходы к изучению психологического состояния водителей, факторы, влияющие на это состояние в зависимости от стажа работы, а также рассматриваются понятия тревожности и эмоционального выгорания.

Первый параграф посвящен психологическим особенностям профессиональной деятельности водителей. В параграфе рассматриваются психологические аспекты профессии водителя, включая физические и психические нагрузки, стресс-факторы (дорожные условия, социальные факторы, непредвиденные ситуации, временные ограничения), влияющие на

эмоциональное состояние, а также личностные характеристики (стрессоустойчивость, тип темперамента, способность к концентрации, эмоциональная саморегуляция). Определено понятие психологического состояния.

Было установлено, что одним из ключевых аспектов профессиональной деятельности водителей является высокая физическая и психическая нагрузка. Под физической нагрузкой понимается совокупность факторов, влияющих на физиологическое состояние организма, включая длительное пребывание в фиксированной позе, монотонность движений, необходимость постоянной концентрации внимания. Эти условия могут приводить к повышенному утомлению, снижению реактивности и ухудшению координации движений. Водители подвергаются значительным сенсорным перегрузкам, связанным с необходимостью быстро обрабатывать визуальную и звуковую информацию, принимать решения в условиях ограниченного времени. Как отмечает Немов, длительное воздействие таких нагрузок может приводить к развитию хронической усталости, снижению когнитивных функций и повышению уровня тревожности. В совокупности это создает риск для безопасности движения и может негативно сказаться на здоровье водителя [3].

Психическая нагрузка в работе водителя связана с необходимостью оперативного реагирования на изменения дорожной обстановки, контролем за техническим состоянием транспортного средства, а также взаимодействием с другими участниками движения. Это требует высокого уровня концентрации внимания и способности к быстрой переработке информации. Согласно исследованиям В.Д. Шадрикова, повышенный уровень психической нагрузки может способствовать развитию эмоционального истощения, что в свою очередь снижает концентрацию внимания и повышает риск аварийных ситуаций. Следовательно, для повышения профессиональной устойчивости водителей необходимо разрабатывать методы психологической поддержки и тренировки внимания [10].

Одним из важнейших аспектов психологического состояния водителей является воздействие стресс-факторов.

Второй параграф первой главы посвящен психологической устойчивости в профессиональной деятельности. В параграфе рассматривается понятие психологической устойчивости как способности противостоять стрессам, сохранять внутреннее равновесие и эффективно выполнять профессиональные задачи в условиях неопределенности и перегрузки. Анализируется влияние стрессоустойчивости и эмоциональной регуляции на психологическое состояние водителей. Особое внимание уделяется рискам "профессионального застоя" и "профессиональной деформации" у водителей с большим стажем. Ключевые понятия: стрессоустойчивость, эмоциональная регуляция, профессиональный застой, профессиональная деформация.

В третьем параграфе рассматривается тревожность и эмоциональное выгорание у водителей. В итоге были сформулированы понятия тревожности и эмоционального выгорания, выявлены их проявления и влияние на профессиональную деятельность водителей. Также в этом параграфе анализируются факторы, способствующие развитию этих состояний, и методы их профилактики.

Тревожность представляет собой эмоциональное состояние, характеризующееся беспокойством, напряжением и страхом перед неопределённостью или возможными негативными событиями.

Эмоциональное выгорание – это синдром, возникающий в результате хронического стресса на рабочем месте и сопровождающийся ощущением истощения, снижением мотивации и безразличием к профессиональной деятельности.

Причины тревожности и эмоционального выгорания у водителей разнообразны. В первую очередь это стрессогенные факторы работы, такие как высокая интенсивность движения, необходимость соблюдать строгие временные рамки и повышенный уровень ответственности за безопасность пассажиров и других участников движения. Эти факторы создают постоянное психоэмоциональное напряжение, особенно у водителей общественного транспорта и грузоперевозчиков.

В результате было установлено, что тревожность и эмоциональное выгорание у водителей являются серьёзными психологическими проблемами, требующими внимания как со стороны самих водителей, так и со стороны работодателей и специалистов в области психологии. Понимание причин и последствий этих состояний, а также разработка эффективных стратегий их предотвращения, помогут снизить уровень стресса у водителей, повысить их удовлетворённость работой и обеспечить безопасность на дорогах.

Вторая глава посвящена эмпирическому исследованию, направленному на выявление связи между стажем вождения и уровнем тревожности и психологической устойчивости к стрессу.

Первый параграф второй главы посвящен методологии и методам исследования. В параграфе подробно описываются методологические основы исследования, включая выборку, методы сбора данных (анкетирование, психологическое тестирование) и методы статистической обработки данных. Обосновывается выбор непараметрических критериев для анализа данных.

В данном параграфе акцент сделан на описание процесса эмпирического исследования, что включает в себя детализированное представление использованных методов и инструментов сбора данных. Особое внимание уделено обоснованию выбора конкретных методик, соответствующих целям и задачам исследования. Так, например, поясняется, почему предпочтение было

отдано именно методам анкетирования и психологического тестирования, и какие конкретно тесты и шкалы использовались для оценки уровня тревожности и психологической устойчивости водителей.

Кроме того, в данном параграфе содержится подробное описание выборки исследования, включающее информацию о количестве участников, и их профессиональном опыте (стаж работы в качестве водителя). Обосновываются критерии включения и исключения респондентов из выборки.

В части, касающейся методов статистической обработки данных, подробно объясняется, какие именно статистические процедуры были применены для анализа полученных результатов. Обосновывается выбор непараметрических критериев, таких как критерий Манна-Уитни и коэффициент корреляции Спирмена, для анализа данных, не соответствующих требованиям нормального распределения. Подчеркивается, что такое методологическое решение обеспечивает валидность статистических выводов при работе с данными, не соответствующими требованиям параметрических критериев.

Второй параграф второй главы содержит анализ полученных результатов. В параграфе представлены результаты эмпирического исследования, отражающие связь между стажем вождения и уровнем тревожности и психологической устойчивости к стрессу. Анализируются статистические данные, выявляются закономерности и различия в психологическом состоянии водителей с разным стажем. Представлены графические материалы (диаграммы, графики), иллюстрирующие полученные результаты.

Третий параграф второй главы содержит практические психологические рекомендации по стабилизации психоэмоционального

состояния водителей на основе результатов исследования. В параграфе на основе результатов исследования разрабатываются практические рекомендации по психологической поддержке водителей, направленные на стабилизацию психоэмоционального состояния, профилактику профессионального стресса и повышение психологической устойчивости. Предлагаются конкретные мероприятия и техники для улучшения психологического состояния водителей.

В заключении подводятся итоги исследования, формулируются основные выводы, подтверждаются или опровергаются гипотезы. Оценивается степень достижения поставленных целей и задач, а также определяются перспективы дальнейших исследований в данной области.

Данная работа представляет собой комплексное теоретико-эмпирическое исследование, направленное на повышение эффективности и безопасности профессиональной деятельности водителей через понимание и коррекцию их психологического состояния в зависимости от опыта работы.

Цель работы была достигнута, так как доказана связь между стажем вождения и уровнями тревожности, профессионального выгорания и психологической устойчивости.