

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

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

Кафедра социальной психологии

наименование кафедры

Адаптационные стратегии в ситуации моббинга

наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

**АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРА**

студента (ки) 2 курса 265 группы

направления

(специальности)

37.04.01 «Психология»

код и наименование направления (специальности)

факультета психологии

наименование факультета, института, колледжа

Пыняевой Анастасии Сергеевны

фамилия, имя, отчество

Научный руководитель

К. психол. н., доцент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Л.Г. Петрова

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

Д. психол. н., профессор

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Л.Н. Аксеновская

инициалы, фамилия

Саратов 2025

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. На данный момент современное общество находится в такой ситуации, когда межличностное взаимодействие и изменения в экономике характеризуются тенденцией роста напряженности, тем самым выдвигая проблему моббинга на место одной из важнейших.

В современной парадигме психологической науки, рассматривающей моббинг, множество авторов исследуют этот феномен, по большей степени, с точки зрения самого процесса. Социально-психологический анализ феномена моббинга показал, что данный процесс невозможно рассматривать лишь с объективной стороны и для более глубокого понимания нам необходимо обратиться к таким понятиям, как: ситуация, трудная жизненная ситуация, кризисная ситуация и субъектность.

Использование понятия «ситуация» в психологическом тезаурусе возможно только в случае понимания ее в качестве результата активного взаимодействия личности и среды. Ситуация – это то, что происходит на границе субъекта и мира, в процессе их взаимодействия. Исходные постулаты теории Х. Томэ сводятся к тому, что индивид находится в процессе постоянного взаимодействия с окружающим его социальным миром, при этом он утверждает, что поведение скорее детерминировано воспринимаемой, чем объективной ситуацией и считает, что приспособление человека к любой новой ситуации активизирует взаимодействие между когнитивными и мотивационными системами.

Анализ переживания ситуации моббинга как определяемой поставленными задачами или их фрустрацией и ситуации моббинга как кризисной связано с рассмотрением механизмов саморегуляции как

проявления субъектности. Субъектность как свойство личности формируется и существует при сопротивлении давлению социальных норм и при управлении собственными физическими и психическими функциями.

В этих обстоятельствах эффективность саморегуляции позволяет сохранять физические и социальные возможности, которые позволяют личности совладать с трудной жизненной ситуацией, а в обратной ситуации - адаптации к объективным ограничениям, которые определяются возможным развитием: хронических, психосоматических, неврологических заболеваний, девиаций, а также аутоагрессивного поведения, которое может привести к суицидальным наклонностям. Эффективное совладание с трудной жизненной ситуацией, как моббинг - может определять эффективность рассмотрения данного феномена в субъектно-социальном контексте.

Х. Лейменн, определял понятие моббинг как «психологический террор», включающий «систематически повторяющееся враждебное и неэтичное отношение одного или нескольких людей, направленное против другого человека». Моббинг в обществе основан на противопоставлении «своих» и «чужих» в борьбе за различные виды ресурсов. С.А. Дружилов: моббинг – это форма психологического насилия в виде травли сотрудника на протяжении длительного времени в коллективе с целью его последующего увольнения.

Изучение явления моббинга, формирующего для его участника трудную жизненную ситуацию в реализации субъектности в различных жизненных обстоятельствах, обусловленных биологическими, психологическими и/или социальными механизмами, является перспективным, поскольку это часто встречающийся феномен в современной социальной жизни, тем самым обуславливая тему исследования «Адаптационные стратегии в ситуации моббинга» и определяя проблему, цель, задачи и структуру работы.

Цель диссертационной работы: заключается в исследовании проявления субъектности в адаптации личности к моббингу, как к трудной жизненной ситуации.

Задачи исследования:

- 1) Провести теоретико-методологический анализ социально-психологических подходов к изучению феномена моббинга с точки зрения субъекта в трудной жизненной ситуации.
- 2) Подбор методик по исследованию моббинг-процессов и оценки проявления субъектности в данных процессах.
- 3) Анализ и обобщение полученных результатов.
- 4) Дать рекомендации по профилактике психологических последствий переживания моббинга в организациях.

Методологические и теоретические основания исследования.

Теоретическую основу исследования составили классические принципы отечественной психологии – системности, целостности, единства и взаимодейстерованности внешнего и внутреннего, раскрытые в работах С. Л. Рубинштейна, А.В. Брушлинского, А.Г. Асмолова, К.А. Абульхановой.

В определении понятия «ситуация» были рассмотрены работы таких авторов, как: К. Левин, Г. Хартшоме и М. Мэя, Г. Оллпорт, С. Квин, Дж. Рейнхардт, В. Томас, Е.В. Рягузова, С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, А.В. Брушлинский, К.А. Абульханова-Славская, Е.В. Шорохова, Н.В. Логинова, В.И. Уварова, Л.Ф. Бурлачук, Е.Ю. Коржова, Ф.Е. Василюк, Л.В. Выготский, Х. Томэ, Ю. Лер, Л.И. Анцыферова, Д.Н. Исаев, Т.М. Титаренко, М. Тышкова, Е.Н. Туманова, Т.В. Маликова.

В определении понятия «субъектность» были проанализированы работы следующих авторов: К.А. Абульханова-Славская, Л.Н. Анцыферова,

А.В. Брушлинский, В.В. Знаков, З.И. Рябикина, А.Н. Славская, Е.А. Сергиенко, С. Л. Рубинштейн, А.А Митькин, А.Ф Лазурский, Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, Е.Ф. Василюк, В.А. Петровский, Б.С. Братусь, А.Г Асмолов, В.Э Чудновский, М. М. Орлова, Е.В Улыбина.

Социально-психологическая сущность моббинг-процессов анализировалась с учетом теоретических и эмпирических работ К. Лоренца, Х. Леймана, С. Эйнерсена, Д. Ольвеуса, Д. Салин, К. Л. Купера, А. Лифуга, Р. Сайферта, Х. Хоэла, Д. Запфа, Д. Фармера, Л. Кишли, Б. Ноуэла, Л. Сперри, Д. Ямада, П. Джордана, П. Маккартни, С. Мерес-Штайнмана, К. Колодей, Н. Дэвэнпорта, Р. Шварца, Г. Эллиоттом, Я. Алферова, С. Дружилов, Н. Кораблева, Е. Корыстина, В. Кудинов, И. Лагутина, Л. Нижегородова, А. Скавитин, А. Соловьев, О. Сорока, Н.П Романова, Е. Миккелсена и С. Эйнерсена, О. Ю. Поликанова и М. Н. Вражнова, В. А. Чикер и Л. Г. Почебут, Л. П. Аврамчук и Л. С. Богданова, И. А. Тюплиной, Е. ВБатаева, С. А. Бабанов, Е. С. Корыстиной, Н. В. Жилкиной.

Методы исследования:

1. Теоретический метод — анализ отечественной и зарубежной психологической литературы по проблеме исследовательской работы.

2. Диагностические методы:

- Для выявления моббинг-ситуации:

- Методика диагностики проявлений моббинга в организации «Рабочие отношения в организации» (Чикер В. А, Николаева Н. В., Щербина О. А.).

- Шкала «отношение к моббингу» (К. С. Батуро, В. А. Чикер).

- Для оценки проявления субъектности личности:

- Психодиагностика самосознания личности (Р.С. Пантелеев)

- Опросник «Копинг-стратегии» Р.Лазаруса
- Опросник ПлутчикаКеллерманаКонте. / Методика Индекс жизненного стиля (LifeStyleIndex, LSI).
- Авторская анкета «Ситуация моббинга»

3. Математический метод обработки результатов

Практическая значимость: заключается в дополнении научной парадигмы по теме субъектного анализа личности, переживающей ситуацию моббинг, как трудную жизненную ситуацию.

Результаты и выводы данного исследования также могут быть использованы при разработке и реализации психологических программ просветительской, профилактической, коррекционной и реабилитационной направленности.

Научная новизна работы

Проведен субъектный анализ переживания моббинг-процесса со стороны потерпевшего как трудной жизненной ситуации. Исследованы адаптационные копинг-стратегии совместно с механизмами защиты в данных ситуациях.

Достоверность и обоснованность результатов исследования определяются непротиворечивостью теоретических оснований работы, их методологической обоснованностью. Достоверность и надежность полученных результатов обеспечены использованием психодиагностического инструментария, адекватного цели и задачам исследования, репрезентативностью и объемом выборки, применением номотетического подхода при планировании и реализации эмпирического исследования.

Апробация результатов исследования.

Основные теоретические положения, изложенные в ВКР магистра обсуждались на ежегодной научно-практической конференции молодых ученых факультета психологии СГУ им. Н.Г. Чернышевского (Саратов, 2025).

А также по теоретической научной статье был получен Диплом победителя 1 степени Международный конкурс научно-исследовательских работ «WorldofScience - 2025» (WOS-2025-M291-Д1) 24.03.25.

Основные выводы по результатам исследования, изложенные в ВКР магистра были опубликованы на конференции «Всероссийский форум молодых исследователей – 2025» от МНЦП «Новая Наука», член Международной ассоциации издателей научной литературы «PublishersInternationalLinkingAssociation». В ходе чего был получен Сертификат участника «Всероссийского форума молодых исследователей – 2025» г. Петрозаводск. 13.05.25.

Структура работы. ВКР магистра состоит из введения, трех глав, заключения, психологических рекомендаций, списка использованных источников и приложение.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе данной работы подробно было изучено понятие ситуации, а также был рассмотрен субъектный подход в исследовании трудной жизненной ситуации в контексте моббинг-процесса.

Понятием ситуации оперируют интеракционизм, психология социального научения, психология среды и психологическая экология, социо и психолингвистика, социальная психология, психология обучения, клиническая психология.

Можно сказать, что человек, находясь в определенной ситуации, не только определяет эту ситуацию с помощью когнитивных и перцептивных

схем, но и определяет, презентирует себя, свое Я в каждой конкретной ситуации, а также определяет и идентифицирует Другого в этой ситуации.

Влияние на личность трудной жизненной ситуации, по мнению исследователей, следует изучать не только в ракурсе ее патогенности для психики, но и в ракурсе потенциальной возможности кризиса создавать условия для развития личности.

Исследователи отмечают, что одна и та же ситуация может оказать различное по степени травматичности влияние на личность в разные периоды ее развития. Данный факт, по мнению Е.Н. Тумановой, позволяет сделать вывод, что на личность влияет не столько сама объективная ситуация, сколько отношение к ней данной личности. Таким образом, ответ на вопрос является ли ситуация трудной, кризисной, повлечет ли она кризисные состояния зависит от того, какова степень ее значимости для личности.

Принцип субъектности можно рассматривать как основной в определении бытия личности. Такое понимание представлено во многих работах: К.А. Абульханова-Славская, Л.Н. Анцыферова, А.В. Брушлинский, В.В. Знаков, З.И. Рябикина, А.Н. Славская, Е.А. Сергиенко и другие авторы. Так К.А. Абульханова подчеркивает, что именно субъект должен стать предметом психологической науки.

Категория субъекта определяется многозначно: а) как область в сознании индивида; б) как носитель познавательной функции; в) как объединяющая инстанция внутреннего мира человека и его личности; г) как понятие, идентичное понятию самосознание; д) как конструкт, обеспечивающий самоидентичность, а также независимость и автономность индивидуального сознания.

В обстоятельствах ситуации моббинга эффективность саморегуляции позволяет сохранять физические и социальные возможности, которые позволяют личности совладать с трудной жизненной ситуацией, а в обратной

ситуации - адаптации к объективным ограничениям, которые определяются возможным развитием: хронических, психосоматических, неврологических заболеваний, девиаций, а также аутоагрессивного поведения, которое может привести к суицидальным наклонностям.

Ситуации моббинга можно рассматривать обыденными ситуациями, опыт которых характерен для многих людей. Специфичность этих ситуаций заключается в том, что моббинг-процессы в организационных взаимоотношениях неизбежно занимают значимое место в мотивационной структуре работника, становясь источником тревоги и проблем, как психологических, так и на физиологическом уровне. Моббинг может изменять личность человека, его образ жизни, психофизиологическую, психологическую и социальную адаптацию, что позволяет рассматривать этот процесс как ситуацию жизнедеятельности.

Во второй главе рассматривается социально-психологическая сущность моббинга. Более подробно обращается внимание на причины развития и формы моббинг-процесса, его участники и соответствующие последствия для пострадавших в данном процессе.

Впервые К. Лоренц использовал слово «моббинг» для описания поведения небольших групп животных, которые атаковали одно более сильное и крупное животное. Затем Х. Лейман определил этот термин, анализируя схожее поведение в трудовых коллективах, когда один или группа работников занимается травлей другого сотрудника.

Авторы выделяют несколько видов моббинга: вертикальный, горизонтальный, сэндвич-моббинг и институциональный.

Авторы выделяют следующие причины моббинга: индивидуальные (неопределенная стрессовая ситуация, зависть, страх), социальные (изменение социальной структуры, ценностные конфликты) и производственные (неблагоприятные условия внешней среды, нечеткое

распределение задач). Детерминанты моббинга: социальные, социально-психологические, организационные и индивидуально-психологические, которые в каждом конкретном случае должны быть изучены индивидуально.

Авторы выделяют несколько участников моббинга: мобберы, потерпевшие и наблюдатели.

Последствия моббинга — совокупность результатов преследования жертвы моббером, отражающихся не только на непосредственных участниках процесса, но и на их многочисленном окружении (коллегах, родственниках) и окружающей среде (организации). Последствия моббинга зависят от длительности и интенсивности реализуемого моббером процесса нападок и вытеснения работника из организации или данной должности, а также от личностных способностей эти нападки преодолеть или им противостоять. В экстремальных случаях моббинговые действия приводят к нанесению вреда в профессиональной и личной сферах, в том числе здоровью.

В третьей главе описывается методика проведения самого исследования и интерпретирование полученных данных.

Объект исследования: адаптационные стратегии личности, переживающий ситуацию моббинга, как трудную жизненную ситуацию.

Предмет исследования: проявление субъектности в адаптации личности к ситуации моббинга, как к трудной жизненной ситуации.

Цель диссертационной работы: заключается в исследовании проявления субъектности в адаптации личности к моббингу, как к трудной жизненной ситуации.

Гипотеза исследования: от уровня самосознания личности будет зависеть ее проявление как субъекта в ситуации моббинга, в том числе и

выбор адаптивных или неадаптивных копинг-стратегий с теми или иными формами психологической защиты.

Эмпирическая база исследования.

Для создания эмпирической базы ВКР магистра было проведено тестирование в онлайн-формате с использованием сервиса для сбора данных Гугл.Формы.

Ссылка на форму с набором методик открыто распространялась в социальных сетях и мессенджерах (сообществах и каналах социальной сети Вконтакте, мессенджера Telegram). При поиске участников исследования использована стратегия случайного отбора испытуемых для обеспечения репрезентативности выборки, соблюдены этические принципы уважения, компетентности, ответственности, честности и их составляющие, входящие в Этический кодекс психолога РПО [30; 69; 83; 101].

Общий объем выборки составил 82 респондента, из которых 12 человек мужского пола и 70 человек женского пола. Возраст в выборке находится в диапазоне от 18 до 45 лет и старше. Из выборки преобладающее количество лиц имеет оконченное высшее образование - 51 участник, два и более высших – 8 участников, незаконченное высшее – 6 участников, среднее специальное – 16 участников, неполное среднее – 1 участник. Со стажем работы от 5 месяцев до 30 лет и более.

Проведение исследования включает в себя несколько этапов:

- Первый этап – подбор методик по выявлению моббинг-процессов в организациях, а также исследованию проявления субъектности в контексте моббинг-процессов.

- Второй этап дипломной работы – эмпирическое исследование. На данном этапе проводится тестирование респондентов с разным стажем работы, выбранным методом.
- Третий этап – анализ и сравнение результатов, на основе которых сформулированы выводы и заключение.

Для достижения цели исследования выборка была разделена на две группы:

- 1 группа – респонденты, воспринимающие ситуацию моббинга как трудную (37 респондентов),
- 2 группа – респонденты, которые не воспринимают ситуацию моббинга трудной (45 респондентов).

В результате исследования **гипотеза:** от уровня самосознания личности будет зависеть ее проявление как субъекта в ситуации моббинга, в том числе и выбор адаптивных или неадаптивных копинг-стратегий с теми или иными формами психологической защиты – **подтвердилась.**

Проанализировав все полученные данные, можно сделать следующие выводы по проведенному исследованию.

В процессе эмпирического исследования при факторном анализе нами было выделено оптимальное количество факторов – 4. Такая модель сохраняет 56,45% исходной информации, это: «Внутренняя неустроенность», «Склонность к моббингу», «Положительное отношение к себе», «Способы совладания с трудностями».

На основании полученных факторов был проведен кластерный анализ методом к-средних с целью деления выборки по группам факторов. Мы выяснили, что наибольшее количество респондентов склонны к моббингу и негативному отношению к себе, самоконтролю. Наименьшее количество респондентов имеют положительное самоотношение.

По распределению респондентов по факторам относительно групп, которые признают моббинг ситуацией трудной и которые не признают ее трудной – мы определили, что большее количество респондентов, которые признают моббинг ситуацией трудной относятся к группе «склонность к моббингу» (43,2%), и всего 15,6% относятся к группе респондентов, которые не признают моббинг ситуацией трудной. К фактору «внутренняя неустроенность» отнесены больше респондентов, признающих моббинг ситуацией трудной (29,7%), чем не признающих моббинг ситуацией трудной (26,7%). Факторы «положительное отношение к себе» и «способы совладания с трудностями» в большинстве составляют респонденты группы тех, кто не признают моббинг ситуацией трудной (22,2% и 35,6%).

По результатам множественного регрессионного анализа для выявления предикторов отношения к моббингу, мы можем говорить о том, что снижение степени выраженности такой психологической защиты как компенсация, увеличение степени выраженности склонности к созданию логических, но благовидных обоснований своего или чужого поведения, действий или переживаний, увеличении склонности к привлечению внешних ресурсов для того, чтобы справиться с трудной ситуацией, приводят к увеличению склонности респондентов признать ситуацию моббинга трудной.

При качественном анализе анкеты «Ситуация моббинга» по обеим группам, мы можем сделать следующие выводы:

- Каждая из групп преимущественно столкнулась с ситуацией боссинга, меньше горизонтальным моббингом, иногда потерпевшие присоединялись к исполнителям и становились мобберами, изредка сталкивались с вертикальным и институциональным моббингом.

- У респондентов обеих групп при столкновении с моббингом отмечались такие эмоции и чувства как: ненависти (даже после увольнения), безысходность и страх потерять любимую работу, морально разбитые,

досаду, обиду, боль и разочарование в людях, постоянную тревожность, эмоциональное раздражение, усталость, ненужность, желание уволиться, обиду, стыд, вспыльчивость, чувство справедливости и неловкости.

- Обе группы отметили, что данные ситуации научили их быть более смелыми, ответственными за тем, что сообщается коллегам, избегать конфликтных людей и сплетней, быть более жестким в общении с навязчивыми коллегами и усердно отстаивать свое мнение.

- Группа, не признающая моббинг ситуацию трудной - больше ориентирована на изменение своего отношения к ситуации и коллегам; отличаются готовностью к совершению действий, направленных на разрешение ситуаций, способностью к рефлексии; сохранение продуктивных взаимоотношений с коллегами и хорошему отношению к коллективу; убежденность, что ситуация решается. Характерны краткостью ответов.

- Группа, признающая ситуацию моббинга трудной – эмоциональноцентрированы на переживании ситуации, необходимостью поделиться своими чувствами с другими; подстраиваются под общение с мобберами, надеются на разрешение ситуации «само собой». Характерны очень содержательными ответами, а произошедшие ситуации – очень подробно расписаны. В ответах наблюдается инфантилизм, рационализация, пассивность в действиях, направленных на разрешение ситуаций.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследование адаптационных стратегий в ситуации моббинга приобретает особую актуальность в связи с тенденцией роста напряженности в межличностном взаимодействии, а также большими изменениями в экономике, тем самым, в целом, выдвигая проблему моббинга на место одной из важнейших.

Последствия моббинга могут отражаться не только на непосредственных участниках процесса, но и на их многочисленном окружении (коллегах, родственниках) и окружающей среде (организации). Также последствия зависят от длительности и интенсивности реализуемого моббером процесса нападок и вытеснения работника из организации или данной должности, а также от личностных способностей эти нападки преодолеть или им противостоять.

В ходе теоретического анализа было выяснено, что рассматривание ситуации моббинга с точки зрения самого процесса – является недостаточным и необходимо обратиться к субъектному анализу переживаний (пострадавшего от моббинга) как трудную жизненную ситуацию.

Ситуации моббинга можно рассматривать обыденными ситуациями, опыт которых характерен для многих людей. Специфичность этих ситуаций заключается в том, что моббинг-процессы в организационных взаимоотношениях неизбежно занимают значимое место в мотивационной структуре работника, становясь источником тревоги и проблем, как психологических, так и на физиологическом уровне. Анализируя теоретические данные и полученные результаты исследования, можно сказать, что моббинг может изменять личность человека, его образ жизни, психофизиологическую, психологическую и социальную адаптацию, что позволяет рассматривать этот процесс как ситуацию жизнедеятельности.

В ходе проведенной работы были выделены некоторые рекомендации по профилактике психологических последствий переживания моббинга в организациях. Рекомендуется следующее [13,108].

Для организации:

- формирование здоровой организационной культуры в организации;

- поддержание здорового социально-психологического климата в служебных коллективах;
- развитие навыков управления у высшего руководства;
- создание условий, обеспечивающих получение обратной связи от сотрудников;
- рациональное и четкое разделение труда между отделами, исключение возможности дублированных или пересекающихся заданий различных подразделений;
- четкое формулирование служебных обязанностей каждого работника с обозначением границ их персональной ответственности;
- формирование прозрачного механизма принятия управленческих решений, рационализация и открытость информационных потоков в организации;
- формирование системы кадрового продвижения и возможностей карьерного роста;
- формирование нетерпимого отношения к разносчикам сплетен и любителям интриг на работе;
- исключение интимных или родственных связей между подчиненными и руководством.

Для жертв ситуации моббинга:

- В случае возникновения конфликта немедленно приступайте к действиям. Не ждите слишком долго и постарайтесь провести разъяснительную беседу;
- Прежде чем принимать меры в отношении моббинга, постарайтесь его осознать. Проанализируйте ситуацию;
- Ищите стратегии уравнивания сил. Это может быть, например, привлечение третьих лиц, разговор с начальством;
- Ищите союзников и поддерживайте свои социальные связи;

- Обратитесь за помощью (друзей, рабочего совета, врачей, психологов и т.п.);
- Уточните для себя, стоит ли Вам бороться. Если нет, ищите новые профессиональные перспективы;
- Делайте все возможное, чтобы не оказаться в изоляции. Воспринимайте разные уровни участия в конфликте у ваших коллег по работе;
- Требуйте у своего начальства соблюдения обязанностей по оказанию помощи, не оставляйте это на уровне разового разговора, а организуйте последующую встречу. Дайте понять, что моббинг вредит и компании в целом;
- Привлекайте свидетелей к участию в сложных дискуссиях (например, в рабочем совете);
- Не допускайте того, чтобы Вам навредили реакции «короткого замыкания», например, поспешное написание заявления об уходе;
- Укрепляйте собственные компетенции. Моббингнаправлен на то, чтобы заставить Вас сомневаться в себе. Все, что укрепляется – к лучшему;
- Уделяйте больше внимания своему здоровью и обязательно отдыхайте и расслабляйтесь;
- Подумайте, какова Ваша собственная роль в происходящем;
- Разъясните юридические шаги.

Целью данного исследования являлосьопределить проявления субъектности в адаптации личности к моббингу, как к трудной жизненной ситуации.Поставленная цель была достигнута по результатам теоретико-методологического анализа отечественных и зарубежных работ, осуществленном в Главах 1 и 2, а также эмпирического и качественного исследования, этапы которого рассмотрены в Главе 3. На основании результатов теоретико-методологического, эмпирического и качественного исследования, можно заключить, что основная гипотеза исследования

полностью подтвердилась: так, от уровня самосознания личности будет зависеть ее проявление как субъекта в ситуации моббинга, в том числе и выбор адаптивных или неадаптивных копинг-стратегий с теми или иными формами психологической защиты.

К ограничениям проведенного исследования можно отнести онлайн-формат проведения исследования, так как не все потенциальные респонденты принимали участие из-за распространенного мошенничества, связанного с переходом по электронным ссылкам, а также иррациональный страх принимать участие в данном исследовании, связанный с отношением к работе.

К перспективам проведенного исследования можно отнести возможность разработки программ предупреждения и профилактики возникновения моббинг-процессов в организации, а также психологической реабилитации жертв, потерпевших серьезные последствия моббинг ситуации для своего психологического и физического здоровья. Возможность разработки программ для тренингов, целью которых было бы научение участников адаптивному совладанию с различными ситуациями моббинга.