

психологические условия деятельности, а также является наиболее представленной в области исследований выгорания. (Николаева, 2016а).

Литература

Каяшева О.И. Практическая психология личности : Учебное пособие для бакалавров психологии / под ред. О.И. Каяшевой, Н.В. Николаевой. М.: МФПУ «Синергия», 2017.

Николаева Н.В. Выявление тенденции к повышенному эмоциональному напряжению, профессиональные стрессы и их коррекция в системе правоохранительных органов // Коченовские чтения «Психология и право в современной России». Сборник тезисов участников Всероссийской конференции по юридической психологии с международным участием. М.: МГППУ, 2016а. С. 258 – 261.

Николаева Н.В. Субъектный статус в организационном управлении: проблема социально-психологического обеспечения, становление, мотивация, конфликты // Новая парадигма организационного управления в условиях вызовов XXI века (к 95-летию Л.И. Уманского): монографические материалы Всерос. Симп. / отв. ред., сост. Н.П. Фетискин, А.Л. Журавлев: в 2-х т. Т.1. Кострома: КГУ, 2016б. С.176-181.

ADAPTATION CHARACTERISTICS AND STAGES OF PROFESSIONALIZATION OF THE PERSON AS THE FACTORS OF THE FORMATION OF THE EMOTIONAL COMBUSTION SYNDROME

Nikolaeva N.V.

Scientific and Information Center ART, St. Petersburg

Abstract. The article deals with general provisions on the problem of the formation of the burnout syndrome, the main adaptation characteristics and the stages of professionalization of the personality as a factor in the formation of the emotional burnout syndrome, the effect of individual and organizational factors on the occurrence of the emotional burnout syndrome is analyzed, and aspects of the prevention of emotional burnout in professional activities are touched upon.

Key words: adaptation, professional burnout, professionalization of personality, organizational factors, activities

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ*

Обознов А.А., Бессонова Ю.В.

Институт психологии РАН, Москва

аао46@mail.ru; farandi@mail.ru

Аннотация. Психологическое благополучие рассматривается как целостное и устойчивое состояние, которое определяется способом жизни человека и, соответственно, его отношением к жизни. Исходя из этого, предлагается рассматривать психологическое благополучие в профессиональной деятельности в зависимости от отношения к ней человека. Продемонстрированы связи психологического благополучия представителей экстремальных профессий с показателями профессиональной успешности, профессионального здоровья и надёжности деятельности. Выявлена значимая роль психологического благополучия профессионала в управлении рисками по человеческому фактору.

Ключевые слова психологическое благополучие, отношение к профессии, экстремальные профессии, показатели профессиональной деятельности

Особенности социально-экономической и демографической ситуации в нашей стране, в т.ч. увеличение пенсионного возраста, в сочетании с развитием «цифровой» экономики, робототехники,

* Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ, грант №18-013-01021.

систем искусственного интеллекта и других перспективных технологий, обуславливают поиск новых решений для повышения возможностей человека по освоению и эффективному применению новых технологий при сохранении здоровья и росте профессионального долголетия. Одно из таких решений связано с достижением и устойчивым поддержанием состояния психологического благополучия человека, включенного в профессиональную деятельность. Вопрос о механизмах и факторах психологического благополучия, его влияния на развитие профессионального потенциала и профессиональной успешности, обеспечение профессионального здоровья и долголетия остаётся во многом открытым.

Понятие психологического благополучия. Понятие «благополучие» широко используется в биологических, медицинских, экономических науках, в педагогике и философии. При этом, количество работ в психологии, использующих это понятие, по сравнению с другими науками, очень незначительно, по некоторым оценкам, – не более 5%. Психологическую разработку понятия благополучия принято связывать с исследованиями в рамках позитивной психологии. В ранних исследованиях благополучия, проводившихся в 80-е годы прошлого столетия, доминирующим был *гедонистический* подход. В отечественной психологии с позиций данного подхода благополучие рассматривал Р.М. Шамионов, определяя его как собственное отношение человека к своей личности, жизни и процессам, имеющим важное значение для личности с точки зрения усвоенных нормативных представлений о внешней и внутренней среде и характеризующееся ощущением удовлетворенности (Шамионов, 2003).

Второй подход к исследованию благополучия – *эвдемонистический*, в соответствии с которым основным критерием благополучия является полнота самореализации. Благополучие в рамках этого подхода рассматривается как многомерный конструкт, представляющий сложную взаимосвязь культурных, социальных, психологических, физических, экономических и духовных факторов. Интегрировав ранние работы в области психологии развития, клинической, гуманистической и экзистенциальной психологии, К. Рифф предложила многомерную модель психологического благополучия, которая включает шесть компонентов: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни, личностный рост. Позже в многомерную модель психологического благополучия в профессиональной сфере был включен психосоматический компонент, который характеризует наличие или отсутствие психосоматических жалоб, например наличие головных болей и болей в спине. Включение психосоматического компонента в структуру психологического благополучия обосновано результатами многочисленных эмпирических исследований, показавших тесную взаимосвязь между соматическими жалобами и уровнем психологического благополучия работника.

Принципиально важным является тезис позитивной психологии о том, что источником психологического благополучия является уровень жизни человека. Один из лидеров позитивной психологии М. Селигман связывал достижение благополучия с высшим, осмысленным уровнем жизни. На основании результатов эмпирических исследований был сформулирован вывод, что главным источником благополучия выступают участие в осмысленных проектах и вовлеченность в значимые отношения (Леонтьев, 2012). Можно полагать, что от того, какой уровень позитивной жизни ведёт человек, зависит вид психологического благополучия: от переживаний состояния баланса эмоций с преобладанием положительных эмоций над отрицательными (благополучие как эмоциональный фон) до осмысленных переживаний значимости своей деятельности и жизни (благополучие как экзистенциальное состояние).

Психологическое благополучие в профессиональной сфере. Проблема психологического благополучия в профессиональной сфере, имеющей основополагающее значение для жизнеобеспечения общества, заключается в поиске путей гармонизации требований профессиональной деятельности с исходящими от человека стремлениями к достижению устойчивого состояния психологического благополучия, т.е. стремлениями к самопринятию, личностному росту, установлению позитивных

отношений с окружающими, автономии, управлению внешней средой, достижению жизненных целей.

Требования любой профессиональной деятельности определяются её общественным предназначением и непосредственно не связаны с личными мотивами включенного в деятельность человека. Как подчёркивал А.Н. Леонтьев, первопричины деятельности человека связаны с его жизнью в обществе, его включенностью в общественные отношения. Поэтому мотивацию человека нельзя понять, рассматривая индивидуальные потребности человека как первичные, общественные условия несут в себе мотивы и цели его деятельности, её средства и способы (Леонтьев, 1975). При всём многообразии своих личных устремлений, человек в профессиональной деятельности должен руководствоваться мотивами её общественного предназначения. Мотивы общественного предназначения задают границы (включая этические и морально-нравственные ограничения), в пределах которых допускается реализация индивидуальных устремлений человека, мотивов его личностно-профессионального развития и самореализации, материального и социального благополучия (Обознов, 2014). Такая гармонизация мотивов рассматривается нами в качестве фактора достижения устойчивого состояния психологического благополучия в профессиональной сфере (Обознов и др., 2016).

Результаты исследований психологического благополучия представителей экстремальных профессий свидетельствовали о более высоком уровне функциональных нарушений у лиц с низким уровнем психологического благополучия. Напротив, высокий уровень психологического благополучия связан с низкими показателями утомления, монотонии и стресса. Дисперсионный анализ позволил выявить двусторонние взаимоотношения психологического благополучия и функционального статуса. Выявлен комплекс ценностных ориентаций (ценности безопасности, достижения, развития), характерных для представителей экстремальных профессий и связанных со сниженным риском возникновения стрессовых нарушений, утомления и выгорания. Вместе с тем, у лиц с высоким уровнем функциональных нарушений отмечалась достоверно повышенная субъективная важность ценностных ориентаций на власть и гедонизм (Бессонова, Броневицкий, 2016).

Литература

Бессонова Ю.В., Броневицкий Г.Г. Психологическое благополучие у представителей опасных профессий // Психологические исследования личности: история, современное состояние, перспективы / Отв. ред. М.И. Володинова, А.Л. Журавлев, Н.Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 327-351.

Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1975.

Обознов А.А. Направленность личности профессионала: нормативный подход // Личность профессионала в современном мире / Под ред. Л.Г. Дикой, А.Л. Журавлева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2014. С. 71-80.

Обознов А.А., Бессонова Ю.В., Герасимова А.С., Агузумцян Р.В., Петросян Л.А. Проблема нормативной направленности субъекта труда // Психология развития человека как субъекта труда. Развитие творческого наследия Е. А. Климова. Материалы Международной научно-практической конференции / Под ред. Ю.П. Зинченко, А.Б. Леоновой, О.Г. Носковой. М.: ООО «Акрополь», 2016. С. 46-49.

Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия // Вопросы социальной психологии личности. Саратов, 2003. Вып. 4. С. 27-41.

WORK-RELATED PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Oboznov A.A., Bessonova Yu.V.

Institute of Psychology, Russian Academy of Science, Moscow

Abstract. The work-related psychological well-being is considered in the article as an integral stable state, which is determined by personal lifestyle and accordingly attitudes towards life. It is therefore proposed to consider the work-related psychological well-being as a as deriving from the personal work attitudes. The results illustrated correlation between well-being of persons of hazardous occupations and work

efficiency, health and reliability. There was found evidence of significant role of work-related well-being in managing Human Dimension risks.

Keywords: psychological well-being, lifestyle, work attitude, hazardous occupations, work performance

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЦЕННОСТЕЙ И СТИЛЕЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ РУКОВОДИТЕЛЕЙ

Овчинникова М.Б.

Могилевский государственный университет имени А.А. Кулешова, Могилев, Белоруссия

ovchinnicov@tut.by

Аннотация. Данная статья посвящена исследованию взаимосвязи личностных ценностей со стилями совладающего поведения руководителей. Установлено, что руководители, ориентированные на ценности достижения, самостоятельности, конформности и благожелательности, чаще используют конструктивные стили/субстили совладающего поведения. Выбор неконструктивных способов копинга обусловлен ориентацией руководителя на ценности традиции.

Ключевые слова: стресс в управленческой деятельности, совладающее поведение, личностные детерминанты копинга, ценности личности

В современной психологии проблема профессионального стресса и его преодоления широко обсуждается в контексте управленческой деятельности. Это обусловлено тенденцией возрастания зависимости жизнеспособности организаций от эффективности управления, что, в свою очередь, способствует увеличению интереса со стороны профессионального сообщества к вопросам повышения психической надежности и сохранения здоровья руководителей (Р.А. Березовская, А.В. Карпов, А.А. Качина, А.Б. Леонова, И.Н. Леонов, М.А. Надежина, С.М. Шингаев и др.).

Психологами отмечается, что управленческая деятельность отличается повышенной сложностью и стрессогенностью. Деятельность управленца протекает в постоянно изменяющихся условиях внешней среды, характеризующихся наличием социально-экономических рисков. Психологический стресс, обусловленный спецификой управленческого труда, негативно сказывается на физическом здоровье и психоэмоциональном благополучии руководителя, приводит к снижению эффективности управления и, как следствие, влечет за собой большие экономические потери для организации. Соответственно, способность руководителя совладать со стрессом рассматривается современными учеными в качестве важного условия здоровья и психологического благополучия субъекта, успешности профессиональной деятельности в целом.

В контексте решения практических задач организационной психологии особый интерес представляют исследования, посвященные изучению личностных детерминант совладающего поведения руководителей. В качестве таковых рассматриваются следующие: индивидуально-типологические особенности личности, акцентуации характера, эмоционально-волевые качества, параметры самоотношения, чувство юмора, эмоциональный интеллект, локус субъективного контроля, оптимизм, нестандартность мышления, самооффективность, временная перспектива, жизнестойкость, толерантность к неопределенности и др. (А.Г. Буенок, Т.С. Киселева, К.К. Корнев, И.Н. Леонов, Л.А. Саврасова, М.Р. Хачатурова, С.М. Шингаев).

Необходимо отметить, что в работах современных отечественных и зарубежных исследователей (Ю.В. Бессонова, Е.О. Лазебная, В.А. Бодров, И.В. Кочкарева, Т.Л. Крюкова, Т.В. Гущина, Б.А. Ясько, Ю.К. Вольвич, R. Lazarus, S. Folkman и др.) отмечается ведущая роль ценностей личности в регуляции поведения в трудных жизненных ситуациях, в том числе, в профессиональной деятельности. В то же время, анализ психологической литературы показал, что вопрос взаимосвязи индивидуальных ценностей руководителей с особенностями их совладающего поведения изучен на сегодняшний день недостаточно. Это обусловило проблематику нашего исследования.