

Кабрин В.И. Коммуникативный мир и транскомуникативный потенциал жизни личности: теория, методы, исследования. М., Смысл, 2005

Карицкий И.Н. теоретико-методологический анализ психологической практики. //Теория и методология психологии. Постнеклассическая перспектива. /Отв. Ред. А.Л.Журавлев, А.В.Юревич. – М.: Изд-во ИП РАН, 2007. - С.223-248.

Карицкий И.Н. Субъектно заданная модель психологической практики // Вестник Университета Российской академии образования. 2015. - №3. - С.70-80.

Кулаков С.А. Практикум по супервизии в консультировании и психотерапии. – СПб.: Речь, 2002.

Никифоров Г.С. Психология здоровья. – СПб., 2002.

Пономаренко В.А. С верой в науки о человеке. //Психология. Журнал высшей школы экономики. 2007. - т. 4. - № 2. - С.64-74.

Старовойтенко Е. Б. Парадигма жизни в персонологии // Психология. 2010. - №1. - С.3-17.

ФАКТОРЫ ИДЕНТИЧНОСТИ В СОХРАНЕНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ СУБЪЕКТА ТРУДА

Зеленова М.Е.

Институт психологии РАН, Москва, Россия

Государственное задание ФАНО РФ № 0159-2016-0008

В статье представлены результаты эмпирического исследования, целью которого явилось изучение взаимосвязей между особенностями идентичности и признаками психической напряженности и стресса. Показана роль профессиональной и социальной идентичности для сохранения психологического благополучия субъектов труда. В исследовании приняли участие специалисты машиностроительной промышленности, количество – 93 человека, средний возраст - 39 лет.

Ключевые слова: социальная идентичность, профессиональная идентичность, психологические ресурсы, стресс, профессиональное здоровье.

IDENTITY FACTORS IN PRESERVATION OF OCCUPATIONAL HEALTH OF WORKING SPECIALISTS

Zelenova M.E.

Institute of Psychology of the Russian Academy of Science, Moscow, Russia

This article presents the results of empirical research aimed at studying the relation between characteristics of identity and signs of mental tension and stress level. Shown the role of professional and social identity in preservation of the psychological well-being of working specialists. Participants of research:

experts of machine engineering industry, middle age - 39 years; n=93 persons.

Keywords: social identity, professional identity, mental resources, stress, occupational health.

Трудовая деятельность является одной из значимых сфер социальной и личностной реализации человека. Автоматизация и внедрение новых информационных технологий позволили облегчить тяжелую физическую нагрузку во многих видах труда. В свою очередь это отразилось не только на характере действий и профессиональных обязанностях субъекта труда, но привело к повышению роли мотивационных и личностных факторов в их влиянии на успешность выполнения производственных задач.

В социальной психологии труда вопросы личностной реализации профессионала традиционно изучаются в системе идентификационных отношений «человек–профессия–общество» (Бодров, 2006; Дикая, 2003 и др.). Как отмечает Е.П. Ермолаева, именно в таком контексте, наиболее полно отражающем социально-ориентированный характер трудовой деятельности, лучше всего раскрываются понятия «профессия», «профессионал», «профессионализм» в разные исторические эпохи, а «идентичность», «социальность» и «историчность» могут быть рассмотрены в едином смысловом пространстве (Ермолаева, 2011). Представления человека о своей социальной и профессиональной идентичности являются важным компонентом, влияющим на содержание, целостность, конструктивность смысловой структуры, определяя его мотивационную направленность. По мнению В.Э. Чудновского, "особенности такого осознания существенно обуславливают самочувствие личности и в определенной мере – результаты его жизни и деятельности", а в конечном итоге – определяют этапы ее жизненного пути (Чудновский, 2013, с. 16). Актуальность изучения проблемы идентичности повышается в связи с необходимостью конструирования идентификационных структур в условиях социальных трансформаций и ситуации неопределенности (Андреева, 2011; Белинская, 2015)

Научные исследования содержат большое количество эмпирических данных, свидетельствующих о тесной взаимосвязи уровня психоэмоциональной напряженности с показателями социальной и профессиональной успешности, а также личностными особенностями индивида (Бодров, 2006; Водопьянова, 2009; Фернхем, Хейвен, 2001 и др.). Установлено, что такие характеристики личности как «жизнестойкость», «эмоциональная стабильность», «индивидуальный стиль деятельности», «локус контроля» и др. выступают в качестве важных регуляторных механизмов, обеспечивающих надежность и безопасность труда (Бодров и др., 2012; Дикая, 2001; Баканов, Зеленова, 2014). Показано, что особое значение личностные ресурсы приобретают в экстремальных жизненных ситуациях, позволяя человеку сохранять здоровье и продуктивность деятельности (Зеленова, 2004; 2014).

Целью данной работы стало изучение личностных факторов, влияющих на сохранение профессионального здоровья субъекта труда. Исследовались взаимосвязи между уровнем стресса (как индикатора здоровья) и различными аспектами идентичности. *В исследовании* приняли участие специалисты машиностроительной промышленности. Общее число участников $n=93$, средний возраст - 39 лет.

Методы исследования:

Для диагностики уровня стресса и социальной адаптированности применялись: «Шкала психологического стресса» (PSM-25) Л. Лемура, Р.Тесье, Л. Филлиона и «Шкала определения стрессоустойчивости и социальной адаптации» Т.Х. Холмса, Р.Х. Райх.

Для выявления характеристик личности использовались: 1. опросник А.А. Урбанович «Личностная и социальная идентичность» (ЛСИ); 2. опросник Е.В. Харитоновой, Б.А. Ясько «Профессиональная востребованность личности» (ПВЛ); 3. опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ); 4. метод семантического дифференциала (СД).

Статистическая обработка проводилась с использованием программ SPSS. Применялись корреляционный, сравнительный и факторный анализ. Учитывался уровень достоверности $P<0,05$.

Результаты исследования.

Выделение и сравнение групп с «высоким» и «низким» уровнем стресса не выявлено межгрупповых различий между показателями социально-демографического и профессионального статуса обследованных специалистов. Согласно статистическим данным группы также не различались по числу стрессогенных событий, имевших место в жизни участников исследования в течение последнего года. Однако сравнение шкал личностных опросников позволило установить, что значения личностной и социальной идентичности (по шкалам ЛСИ) ниже у специалистов с высоким уровнем психической напряженности (по индексу PSM-25). Кроме того, группы достоверно различаются по таким параметрам профессиональной самооценки как «результативность деятельности», «степень реализации профессионального потенциала», «переживание профессиональной востребованности», «самоотношение», «отношение других». Перечисленные показатели опросника ПВЛ имеют более низкие значения у специалистов с выраженными признаками стресса, низкой оценкой состояния здоровья и менее активных (шкалы СД «больной – здоровый», «активный - пассивный»). Данные корреляционного анализа соответствуют результатам сравнительного анализа и подтверждают наличие значимых взаимосвязей между высокой оценкой себя как профессионала и высокой общей самооценкой, с одной стороны, и уровнем стресса, с другой. То есть, мы установили, что индивиды с более позитивными характеристиками социальной, профессиональной и личностной идентичности при равнозначном ко-

личестве стрессогенных событий лучше преодолевают негативные последствия психического напряжения и перенапряжения.

С целью получения более четкой структуры, раскрывающей связь отдельных составляющих Я-концепции с сохранением здоровья, был проведен факторный анализ (метод главных компонент, веримакс-вращение). В результате было получено 8 значимых факторов (76,61% совокупной дисперсии). Результаты представлены в табл. 1.

Таблица 1. Результаты факторного анализа

Переменные	Факторы							
	1	2	3	4	5	6	7	8
«Я и общество» ЛСИ	,87	-,04	,03	,08	,05	,25	,14	,15
«мой внутренний мир» ЛСИ	,86	-,07	,18	-,02	,22	-,11	,11	,04
мое материальное положение	,82	-,07	,18	,11	-,09	-,26	,15	,11
«моя работа» ЛСИ	,81	,05	-,19	,15	,06	,33	,13	,02
удовлетворенность работой	,75	,27	-,08	,15	,02	,24	-,07	,01
суммарный индекс ПВЛ	,72	,04	,13	,11	,11	,02	,09	-,03
суммарный индекс PSM-25	-,67	,01	,00	,24	-,36	,03	,21	-,10
«мое будущее» ЛСИ	,66	-,19	,28	-,36	,08	,08	,16	,15
«самооценка здоровья» СД	,54	,12	,47	-,14	-,09	,29	-,07	,25
стаж работы	-,12	,88	-,08	-,11	-,11	,22	-,13	-,07
возраст	,13	,86	,02	-,01	-,22	,18	-,06	,10
«оценка результатов» ССП	,08	,73	,14	,15	,33	-,18	,23	-,02
количество детей	-,11	,70	,08	,17	-,03	-,33	,13	-,24
наличие семьи	,17	,49	,25	,10	-,32	-,25	,16	-,03
индекс саморегуляции ССП	,25	,10	,89	,00	,23	-,05	-,07	,08
«программирование» СПП	-,05	,15	,83	-,10	,21	,17	-,03	,10
«планирование» СПП	,09	-,08	,78	,03	-,27	,15	,15	-,26
образование	,23	-,02	-,05	,82	,04	-,04	-,15	,11
профессия	,12	,19	-,07	,78	,23	,01	,23	-,12
«оценка» СД	,29	-,03	-,07	,64	,15	,27	,20	-,11
«моделирование» СПП	,18	-,16	,14	,37	,36	-,33	,06	,30
индекс Холмса-Райх	,13	-,08	,25	,02	,75	-,15	,04	-,20
«гибкость» СПП	,23	-,11	-,06	,16	,74	,13	-,01	,03
«активность» СД	,19	,05	,21	-,06	-,20	,85	,08	-,15
«сила» СД	,24	-,16	,26	-,20	,37	,70	,13	,09
«отношения с другими» ЛСИ	,10	-,06	-,11	-,10	-,03	,05	,81	,30
«моя семья» ЛСИ	,26	,17	,28	-,08	-,04	,07	,79	-,16
«самостоятельность» СПП	,05	-,08	,36	-,47	-,33	-,03	-,58	-,02
пол	,13	-,18	-,04	,20	-,11	-,08	,03	,81
«мое здоровье» ЛСИ	,46	,20	,14	-,28	,02	,02	,32	,61
доля дисперсии (%)	19,6	10,6	10,1	8,7	7,67	7,29	7,17	5,35

Примечание. Факторы: 1- «идентичность и здоровье»; 2- «социально-демографический статус и результативность деятельности»; 3- уровень саморегуляции и здоровье»; 4- «квалификация и самооценка»; 5- «пластичность и стресс»; 6- «активность»; 7- «отношения с окружающими»; 8- «гендер и здоровье».

Как видно из табл. 1, структурообразующей шкалой первого фактора «идентичность и здоровье», выступал показатель ЛСИ «Я и общество в котором живу», характеризующий особенности социальной идентичности индивида, его удовлетворенность своим социальным статусом и взаимоотношениями с окружающими. С высокими весами на положительном полюсе данного фактора находятся показатели опросника ЛСИ, отражающие особенности личностной и профессиональной идентичности (шкалы «мой внутренний мир», «моя работа», «мое будущее», «мое материальное состояние») и суммарный индекс ПВЛ, характеризующий различные аспекты профессиональной Я-концепции и переживание профессиональной востребованности. Кроме того, с меньшими нагрузками в фактор вошли шкала СД «здоровый-больной» и показатель ЛСИ «мое здоровье», отражающие представления человека о своем физическом благополучии и его действия, предпринимаемые для сохранения и укрепления своего здоровья. На отрицательном полюсе фактора - суммарный индекс психической напряженности и стресса шкалы PSM-25. Полученное соотношение переменных, составляющих первый фактор, позволяет сделать вывод о том, что позитивная направленность социальной и профессиональной идентичности у обследованных специалистов тесно связана с психоэмоциональным состоянием и во многом отражает их психологическое и соматическое самочувствие. Анализ других факторов матрицы показывает также, что большое значение для поддержания психологического здоровья профессионалов имеют социально-демографические переменные (наличие семьи, детей, возраст, уровень образования и квалификации, а также способность к саморегуляции поведения и деятельности, особенности «планирования», «программирования» и «моделирования» своих поступков и действий) – факторы №2, №3 и №4. Особое значение в преодолении стресса имеют показатели «пластичности» (фактор №5 «пластичность и стресс»). Важными индикаторами субъективного благополучия выступили активная позиция (фактор №6 «активность и здоровье») и коммуникативные характеристики обследованных специалистов, характер их взаимоотношений с членами семьи и социальным окружением (фактор №7 «отношения с окружающими»). По результатам факторного анализа можно также констатировать, что уровень здоровья тесно связан с гендерной принадлежностью. Содержательная интерпретация фактора №8 «гендер и здоровье» указывает на то, что психосоматическое здоровье женщин в большей степени определяется их взаимоотношениями с окружающими и особенностями образа жизни.

Таким образом, проведенное эмпирическое исследование позволило выявить место характеристик Я-концепции (социальной, профессиональной и личностной идентичности) среди других (демографических, профессиональных, личностных) переменных, способных повлиять на нейтрализацию и преодоление неблагоприятных стресс-факторов. Результаты исследования позво-

ляют рассматривать показатели идентичности как значимые внутренние ресурсы субъекта труда, помогающие ему справиться с воздействием стресса и купировать его негативные последствия (на примере специалистов-машиностроителей).

Литература

Андреева Г.М. К вопросу о кризисе идентичности в условиях социальных трансформаций [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011.- № 6(20). - С. 1. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 4 марта 2016г.)

Баканов А.С., Зеленова М.Е. Когнитивно-стилевые детерминанты успешности профессиональной деятельности // Социальная психология и общество. 2014. - №1. - С.54-73.

Белинская Е.П. Конструирование идентичности в неопределенности // Личность в пространстве и времени / Под ред. Н.П. Сенченкова, К.Е. Кузьминой, И.В. Морозиковой. – Смоленск: Изд-во СмолГУ, 2015. - С. 22-27.

Бодров В.А. Психология профессиональной деятельности: теоретические и прикладные проблемы. – М.: ИП РАН, 2006.

Бодров В.А., Зеленова М.Е., Лекалов А.А., Сиваш О.Н., Таяновский В.Ю. Исследование профессионального здоровья летчиков в процессе клинико-психологической экспертизы // Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики. Выпуск 4 / Под ред. В. А. Бодрова. – М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2012. - С. 381-415.

Дикая Л.Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека. М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2003.

Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009.

Ермолаева Е.П. Оценка реализации профессионала в системе "человек-профессия-общество". - М.: Издательство "Институт психологии РАН", 2011.

Зеленова М.Е. Травматический психологический стресс и профессионально-регулятивная функция Я-концепции // Профессиональная пригодность: субъектно-деятельностный подход /Под ред. В.А. Бодрова.- М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2004. - С.177-192.

Зеленова М.Е. Социально-психологические факторы регуляции профессионального здоровья летчиков // Социальная психология и общество. 2014. - №1. - С. 54-74.

Фернхем А., Хейвен П. Личность и социальное поведение. - СПб.: Питер, 2001.

Чудновский В.Э. Жизненное пространство личности // Психологические проблемы смысла жизни и акме: эл. сб. материалов XVIII симпозиума / Под ред. Г.А.Вайзер, Н.В.Кисельниковой, Т.А.Поповой. М.: ФГНУ "Психологический институт РАО", 2013. - С.14-28. URL: <http://www.pirao.ru> (дата обращения: 6 марта 2016)