

ПРОФЕССИОНАЛИЗМ КАК РЕСУРС ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ ЛЕТНЫХ ПРОФЕССИЙ⁹

Зеленова Марина Евгеньевна,
канд. психол. наук, научный сотрудник,
Институт психологии Российской академии наук

Лекалов Александр Анатольевич,
зав. лабораторией

Лим Владимир Станиславович,
канд. мед. наук, начальник госпиталя

Тихонова Анна Викторовна,
начальник медицинской части,
Филиал №1 ФГКУ им. Н.Н. Бурденко МО РФ,
г. Москва

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление психологических факторов, влияющих на сохранение профессионального здоровья и внутреннего благополучия специалистов, занятых в летных видах деятельности. В исследовании применялся комплекс психологических тестов, направленных на диагностику признаков негативных психических состояний (выгорания, хронического утомления, стресса), а также выявление личностных особенностей у летных специалистов с разным уровнем квалификации. Результаты исследования позволили описать и проанализировать значимые взаимосвязи между показателями профессионального здоровья, квалификационными характеристиками и личностными качествами респондентов.

Ключевые слова: профессиональное здоровье; психологическое благополучие; стрессы; профессиональное выгорание; утомление; профессионализм; внутренние ресурсы; летчики; авиация; психология профессий.

PROFESSIONALISM AS PSYCHOLOGICAL WELL-BEING RESOURCE OF THE AIRCRAFT PROFESSIONS SPECIALISTS

Zelenova Marina Evgenievna,
Candidate of Psychology, Researcher,
Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences

Lekalov Alexander Anatol'evich,
Head of the Laboratory

Lim Vladimir Stanislavovich,
Candidate of Medical Science, Head of Hospital

Tikhonova Anna Viktorovna,
Head of the Medical Unit,
Branch №1 FGKU named after N.N. Burdenko Ministry of Defense of the Russian Federation,
Moscow

Abstract. The article presents the results of empirical research aimed at identifying psychological factors affecting the preservation of occupational health and internal well-being of specialists involved in flight activities. The study used a set of psychological tests aimed at diagnosing signs of negative mental states (burnout, chronic fatigue, stress), as well as identifying

⁹ Работа выполнена по ГЗ № 0159-2018-0001

personal characteristics of flight specialists with different levels of qualification. The results of study allowed describing and analyzing the significant relationships between indicators of occupational health, qualification characteristics and personal qualities of the respondents.

Keywords: professional health; psychological well-being; stresses; professional burnout; fatigue; professionalism; internal resources; aviation; psychology of professions.

Летная деятельность относится к социально-ответственным видам труда, где помимо профессионально-важных качеств и компетенций состояние физического и психического здоровья играет большую роль в обеспечении надежности и безопасности деятельности. Работа в воздушном пространстве предполагает постоянную включенность и напряжение различных психических функций, высокую степень физической выносливости, повышенную стрессоустойчивость. Выполнение полетных заданий осуществляется в экстремальных условиях, под воздействием многочисленных вредных факторов среды, вызывающих головокружение, искажение зрительного и слухового восприятия, замедление скорости движений, иногда – состояние полной психической дезориентации [9]. Рассматривая особенности труда летных специалистов, следует также отметить, что данный вид деятельности осуществляется на основе четко обозначенных правил и иерархии служебных взаимоотношений, имеет вертикальное подчинение, предполагающие безусловное выполнение вышестоящих приказов и заданий. Назначение на должность и повышение по служебной лестнице также строго регламентировано и зафиксировано в соответствующих документах [1]. Наиболее значимыми критериями, на основе которых осуществляется продвижение и перевод на более высокий служебный и квалификационный уровень выступают такие показатели как стаж летной деятельности и общий налет часов.

Проблеме безопасности полетов и диагностике профпригодности к летному труду посвящено значительное число исследований. В последние годы особенно активно ведутся работы, направленные на изучение внешних и внутренних ресурсов субъекта труда в преодолении стресса и негативных психических состояний. Различные аспекты этой проблемы рассмотрены в трудах В. А. Бодрова, В. А. Пономаренко, Н. А. Разсолова, О. Н. Сиваш, Ю. К. Стрелкова и других ученых. Показано, что помимо рабочих стрессоров, большое значение для успешности полетов имеет психологическое благополучие индивида, определяемое внерабочими стрессорами, к которым исследователи относят трудные жизненные ситуации, связанные с потерей и болезнями близких, семейными конфликтами, разводом и т. д. [3; 4; 7 и др.]. Выявлено, что среди внутренних факторов, определяющих успешность преодоления стресса, важное место занимают процессы психической регуляции деятельности и поведения [2; 5; 6 и др.]. Большое внимание уделяется разработке методических комплексов, включающих диагностику не только психофизических характеристик индивида, но и его личностных особенностей [8; 10; 11 и др.].

Тем не менее, проблема «человеческого фактора» в авиации, по причине которого происходит до 68% летных аварий, диагностика стрессоустойчивости и сохранение психологического благополучия специалистов, выполняющих задания в воздухе, остается нерешенной и по-прежнему находится среди наиболее актуальных и практически актуальных в авиации.

Организация исследования

Представленное исследование проводилось в рамках научно-исследовательского проекта Института психологии РАН и Филиала №1 «ГВКГ им. акад. Н.Н. Бурденко» МО РФ» и было направлено на изучение взаимосвязи между показателями здоровья, уровнем профессионализма и личностными особенностями летных специалистов.

В психологическом тестировании приняли участие специалисты разных родов военной авиации, направленные в госпиталь для прохождения плановой медицинской комиссии: $n=76$, средний возраст – $34,21 \pm 7,34$ года, летный стаж – $14,87 \pm 8,31$ года.

Для выявления уровня психологического здоровья и внутреннего благополучия были использованы методики:

1. Шкала психологического стресса (PSM-25) Лемура-Тесье-Филлиона.
2. Шкала стрессогенности событий Холмса-Раге (ШСС).
3. Дифференцированная оценка состояний сниженной работоспособности Леоновой-Величковской (ДОРС).
4. Степень хронического утомления Леоновой-Шишкиной (СХУ).

Личностные характеристики выявлялись на основе применения следующих методик:

1. Удовлетворенность работой (УР) Бодрова.
2. Шкала личностной тревожности (ЛТ) Спилбергера.
3. Тест жизнестойкости Мадди (ТЖ).
4. Стратегии преодоления стрессовых ситуаций (SACS).
5. Диагностика уровня субъективного контроля (УСК) Роттера.
6. Профессиональная востребованность личности (ПВЛ) Харитоновой-Ясько.
7. Методика исследования самоотношения (МИС) Панталева.
8. Изучение ценностей личности Шварца (ИЦЛ).
9. Многофакторный личностный опросник (FPI).

Статистическая обработка данных включала межгрупповой сравнительный анализ на основе U-критерия Манна-Уитни, а также оценку значимости корреляций методом Спирмена.

Результаты исследования

В качестве критериев профессионализма в исследовании использовались такие показатели как «классность», «стаж» и «общий налет часов». Проведение корреляционного анализа показало наличие статистически достоверных взаимосвязей между данными характеристиками профессионального статуса, а также наличие значимых интеркорреляций показателей профессионализма со шкалами методик, отражающих уровень психологического благополучия. Установлено, что чем больше «летный стаж», «общий налет часов» и «классность», тем выше уровень хронического утомления (шкалы СХУ), работоспособности (шкалы ДОРС) и профессионального выгорания (МВІ). Показано также, что чем выше уровень профессионализма, тем ниже показатели стресса и, что летчики верхних степеней классности используют более конструктивные стратегии преодоления экстремальных ситуаций (SACS).

При оценке профессиональных достижений летчика «классность» рассматривается как наиболее значимый критерий профессионализма в данном виде труда. Уровень классности имеет четыре градации и характеризует степень овладения летными навыками, умение их применять на практике, общетеоретическую и техническую подготовку. В таблице 1 представлены шкалы методик, по которым получены значимые различия для групп летных специалистов, разделенных по показателю «классность» (сравнивались группы летчиков «верхних» и «нижних» классностей).

Таблица 1

**Сравнение показателей психологического благополучия
и личностных характеристик у летчиков разного уровня классности
(фрагмент матрицы)**

Шкалы методик	Статистика U Манна- Уитни	Статистика W Уилкоксо- на	Z	Значимость P<
Психологическое благополучие				
СХУ «сниженное самочувствие»	443	1304	-1,87	0,05
PSM-25 «уровень стресса»	463	1324	-1,35	0,01
ДОРС «утомление»	420	826	-1,89	0,05
ДОРС «пресыщение»	404,5	810,5	-2,08	0,03
МВІ «деперсонализация»	204,5	700,5	-2,05	0,04
Личностные характеристики				
FPI «раздражительность»	406	784	-1,89	0,05
FPI «реактивная агрессивность»	330,5	708,5	-2,87	0,01
FPI «экстраверсия/интроверсия»	376	754	-2,31	0,02
FPI «маскулинность/фемининность»	401	779	-2,13	0,03
УСК «в области неудач»	369,5	1189,5	-2,18	0,02
SACS «импульсивность»	404	782	-1,89	0,05
SACS «асоциальные действия»	314	692	-3,01	0,01
МИС «самопривязанность»	168	339	-1,96	0,05
МИС «самообвинение»	157,5	563,5	-2,18	0,02
Удовлетворенность работой	395,5	1256,5	-2,18	0,02
ПВЛ «профессиональная компетентность»	389	1250	-2,07	0,03
ПВЛ «суммарный индекс»	415	1276	-1,74	0,08
ИЦЛ «Стимуляция»	138	274	-1,98	0,04
ИЦЛ «Гедонизм»	122	258	-2,38	0,01
ИЦЛ «Достижения»	118	254	-2,47	0,01

Изучение данных таблицы 1 позволило подтвердить выявленные путем корреляционного анализа тенденции и установить следующие значимые межгрупповые различия. Получено, что у высококлассных профессионалов ниже соматические, психологические и поведенческие проявления стресса и общей напряженности по методике PSM-25, меньше показатели сниженной работоспособности, характеризующие уровень утомления и потери интереса к работе, а также ниже показатель хронического утомления «сниженное самочувствие», характеризующий состояние усталости и общего физического недомогания после работы. Сравнительный анализ не выявил различий по величине суммарного индекса опросника ШСС, отражающего общую стрессогенность жизни чело-

века. То есть, можно предположить, что наличие признаков психологического неблагополучия у обследованных респондентов определяется не только воздействием стресс-факторов, но в значительной степени может быть индуцировано индивидуально-личностными характеристиками.

Сравнение групп летчиков «верхних» и «нижних» уровней классности по шкалам личностных методик обнаружило следующее. Высококласные летчики при выходе из стрессовых ситуаций значимо реже используют такие неконструктивные копинг-стратегии как «импульсивность» и «асоциальные действия» (шкалы SACS), общий индекс конструктивности преодолевающего поведения у них также значимо выше. Они более «интернальны» и чаще признают свою ответственность в ситуациях неудач по сравнению с летчиками нижних классов, которые в большей мере склонны связывать неудачи с невезением и внешними обстоятельствами, перекладывая ответственность на других людей.

Статистическая обработка данных показала, что уровень классности специалистов тесно связан с самооценкой профессиональной компетентности (шкалы ПВЛ) и характеристиками ценностно-мотивационной сферы, измеренными по шкалам опросника Шварца (ИЦЛ). Выявлено, что летчики верхних уровней классности в большей степени направлены на личностное и профессиональное саморазвитие, они менее ригидны, более удовлетворены разными аспектами службы и позитивно оценивают профессиональное окружение. Базовые ценности-цели, характеризующие систему убеждений и поведенческие установки, такие как «Гедонизм», «Достижения» и «Стимуляция», относящиеся к нижним иерархическим уровням (согласно Шварцу), менее выражены у высококласных летчиков. Сравнение личностных профилей двух групп профессионалов, построенных на основе FPI, показало значимые различия по таким шкалам как «раздражительность», «реактивная агрессивность», «экстравертированность» и «маскулинность», значения которых выше у менее квалифицированных летных специалистов.

Заключение

Таким образом, на основе статистической обработки и анализа данных эмпирического исследования выявлена тесная взаимосвязь между показателями уровня психологического благополучия, с одной стороны, и квалификационными и личностными характеристиками летных специалистов, с другой. Полученные результаты свидетельствуют о том, что высокая степень летного мастерства позволяет во многом нивелировать последствия влияния негативных стрессоров и, тем самым, поддерживать необходимый уровень профессионального здоровья. Обнаружена связь психологического благополучия летчиков с такими индивидуально-личностными характеристиками как интернальность, особенности копинг-стратегий, гибкость-ригидность я-концепции («самопривязанность»), направленность на саморазвитие. Установленные в ходе исследования взаимозависимости могут быть учтены при создании комплекса методик для использования в процедуре ВЛК с целью диагностики степени психологического неблагополучия, выступающего важным индикатором профессионального здоровья летных специалистов.

Список литературы

1. Алдашева А. А. Профессиональная компетентность: понятие и структура // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2012. № 4 (109). С. 121-128.
2. Баканов А. С., Зеленова М. Е. Когнитивно-стилевые детерминанты успешности профессиональной деятельности // Социальная психология и общество. 2015. Т.6. № 2. С. 61-75.
3. Бодров В. А. Психология профессиональной пригодности. М.: ПЕР СЭ, 2001. 511 с.
4. Бодров В. А., Зеленова М. Е., Лекалов А. А., Сиваш О. Н., Таяновский В. Ю. Исследование профессионального здоровья летчиков в процессе клинко-психологической экспертизы // Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики / под ред. В. А. Бодрова. М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2012. Вып. 4. С. 381-415.
5. Дикая Л. Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003. 318 с.
6. Зеленова М. Е. Социально-психологические факторы регуляции профессионального здоровья летчиков // Социальная психология и общество. 2014. № 1. С. 54-74.
7. Зеленова М. Е., Захаров А. В. Выгорание и стресс в контексте профессионального здоровья военнослужащих // Социальная психология и общество. 2014. № 2. С. 50-70.
8. Зеленова М. Е., Лекалов А. А., Лим В. С., Костенко Е. В. Профессионализм, личностные особенности и психологическое здоровье летчиков // Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии / отв. ред. А. Н. Занковский, А. Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 509-529.
9. Пономаренко В. А. Психология человеческого фактора. Красноярск, 2006. 620 с.
10. Разсолов Н. А. Врачебно-летная экспертиза и безопасность полетов в гражданской авиации // Кафедра авиационной и космической медицины ФГБОУ ДПО «РМАНПО». Режим доступа: <http://medicine-avia.narod.ru/documents.html> (дата обращения: 12.03.2019).
11. Сиваш О. Н. Изучение личностной детерминации профессиональной пригодности летного состава в процессе клинко-психологической экспертизы // Проблемы фундаментальной и прикладной психологии профессиональной деятельности / под ред. В. А. Бодрова, А. Л. Журавлева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 416-434.