

**КАЗАНСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ И ОБРАЗОВАНИЯ**

**ПСИХОЛОГИЯ СОСТОЯНИЙ ЧЕЛОВЕКА
АКТУАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ
И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ**

**Сборник статей Третьей Международной
научной конференции**

Казань, 8–10 ноября 2018 г.



**КАЗАНЬ
2018**

УДК 159.9

ББК 88.3

П86

*Конференция поддержана грантом РФФИ 18-013-20044
«Третья Международная научная конференция “Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы”».*

*Печатается по решению Ученого совета
Института психологии и образования
Казанского (Приволжского) федерального университета*

Ответственные редакторы:

А.Б. Алишев,

А.О. Прохоров

П86 Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы. Сборник статей Третьей Международной научной конференции. (Казань, 8–10 ноября 2018 г.) / отв. ред.: Б.С. Алишев, А.О. Прохоров. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2018. – 244 с.

ISBN 978-5-00130-102-8

В сборник включены развернутые статьи, подготовленные авторами на основе их докладов на Третьей Международной научно-практической конференции «Психология психических состояний: актуальные теоретические и прикладные проблемы». Они охватывают широкий спектр теоретических и научно-практических исследований в области психических состояний и в некоторых смежных областях. Материалы воспроизведены в авторской редакции.

УДК 159.9

ББК 88.3

ISBN 978-5-00130-102-8

© Издательство Казанского университета, 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Алдашева А. А., Зеленова М.Е., Рунец О.В.</i> Саморегуляция стресса у социальных воспитателей как фактор профессионализма и устойчивости приемной семьи	5
<i>Алишев Б.С.</i> Переживание собственного прошлого и будущего в юношеском возрасте	19
<i>Алонсо Агилар-Валера Х.</i> Нейропсихология саморегуляции: важность оценки исполнительных функций в клинической психологии	35
<i>Артемяева Т.В.</i> Позитивные и негативные эмоции в юморе детей: качественный анализ	42
<i>Артищева Л.В.</i> Прошлое и будущее в субъективном опыте психических состояний лиц с дефицитарным развитием	48
<i>Валиуллина М.Е.</i> Этапы процесса рефлексии и познавательные состояния учащихся в разных контекстах знакомства с новой учебной темой	59
<i>Волочков А.А., Скорынин А.А.</i> Актуальные песенные предпочтения как индикатор эмоционального благополучия школьников и студентов	65
<i>Кашапов М.М.</i> Интеллектуальные состояния как ресурс профессионализации мышления субъекта	73
<i>Кобылянская Л.И.</i> Смыслорождающая мотивация совладающего поведения личности в трудных жизненных ситуациях	90
<i>Обознов А.А., Бессонова Ю.В.</i> Психологическое благополучие в профессиональной деятельности	101
<i>Олефир В.А.</i> Личностные ресурсы как медиаторы во взаимосвязи между antecedентами стресса и предсоревновательной тревогой	113
<i>Прохоров А.О.</i> Психические состояния и сознание: структурно-функциональная модель отношений	123
<i>Прохоров А.О., Артищева Л.В.</i> Специфика познавательных состояний в зависимости от рефлексивных процессов	134
<i>Салихова А.Б., Салихова Н.Р.</i> Особенности психических состояний в ситуациях наличия и отсутствия автономии субъекта при разном уровне толерантности личности к неопределенности	142
<i>Салихова Н.Р., Линч М.Ф., Еремеева А.В.</i> Проявление автономности в психических состояниях студентов	152
<i>Сапогова Е.Е.</i> Экзистенциальные характеристики кризиса старения	162
<i>Солондаев В.К.</i> Психическое состояние в логике процессов переживания и понимания	171
<i>Сулейманов Р.Ф.</i> Психоэмоциональные состояния как энергетическое	

обеспечение умственных действий	180
<i>Фалилеева М.В., Юсупов М.Г.</i> Динамика психических состояний школьников в процессе решения геометрических задач различного уровня трудности	188
<i>Фахрутдинова Л.Р.</i> Категории переживания, психического состояния и впечатления	204
<i>Фахрутдинова Л.Р., Шакуров Н.М.</i> Взаимосвязи характеристик переживания и эго-защитных механизмов старшеклассников	218
<i>Чернов А.В., Юсупов М.Г.</i> Влияние свойств личности на познавательные состояния студентов	227
Сведения об авторах	240

САМОРЕГУЛЯЦИЯ СТРЕССА У СОЦИАЛЬНЫХ ВОСПИТАТЕЛЕЙ КАК ФАКТОР ПРОФЕССИОНАЛИЗМА И УСТОЙЧИВОСТИ ПРИЕМНОЙ СЕМЬИ*

Алдашева А. А., Зеленова М.Е., Рунец О.В.

Институт психологии Российской академии наук, Москва

Аннотация. Исследование направлено на выявление психологических переменных, способствующих успешности и устойчивости профессиональных приемных семей. Представлены результаты эмпирического изучения уровня стресса и особенностей саморегуляции психических состояний у представителей группы профессионалов, выполняющих функции приемных родителей («социальных воспитателей»). Выявлены и описаны характерные особенности индивидуального стиля саморегуляции поведения и деятельности социальных воспитателей. Проведено межгрупповое сравнение регуляторных профилей «социальных воспитателей», «обычных родителей» и специалистов такой помогающей профессии социономического типа как «фельдшера скорой медицинской помощи». Показано, что уровень развития компонентов индивидуального стиля саморегуляции у социальных воспитателей можно отнести к профессионально важным качествам, учет которых необходим при отборе кандидатов, желающих создать замещающую семью

Ключевые слова: профессиональная приемная семья, профессия «социальный воспитатель», профессионально важные качества, стресс, механизмы регуляции психических состояний, индивидуальный стиль саморегуляции

Введение

Проблема эффективности профессиональной деятельности и выявление профессионально значимых качеств у работников, занятых в разных сферах трудовой деятельности, относится к числу приоритетных направлений психологии труда. Особую значимость решение задач, связанных с подбором специалистов, диагностикой уровня профессионализма и формированием профессионалов имеет в помогающих профессиях социономического типа, где индивидуально-личностные свойства работника играют первостепенную роль, так как относятся к числу непосредственных инструментов деятельности и являются важным условием и ведущей детерминантой успешности трудового процесса. Среди наиболее значимых критериев, определяющих успешность в помогающих профессиях социономического типа, исследователи называют мотивационно-ценностные ориентации человека, его альтруистическую направленность, установку на взаимодействие и помощь окружающим, уровень социально-психологической зрелости, способность к принятию ответственности за по-

* Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ № 18-013-00118

следствия своих действий и благополучие другого человека. К данному типу профессий относится деятельность врачей, социальных работников, фельдшеров скорой медицинской помощи и многих других специалистов, включая профессиональных приемных родителей («социальных воспитателей»), осуществляющих заботу о детях-сиротах на основе соответствующего трудового договора (Климов, 1997; Маркова, 1996).

Важно также отметить, что социономические профессии помогающего типа в большинстве случаев – это профессии с высоким уровнем стресса. Как показывают исследования, способность к преодолению стресса всегда отражается на результативности труда. Эффективность помогающего поведения зависит от способности работающего субъекта к преодолению негативных психических состояний (Алдашева, Зеленова, 2016; Жуйкова, Панюшина, 2015).

Результаты исследований, посвященных поиску способов преодоления стресса и его последствий, позволили установить, что в поддержании психического равновесия профессионала большая роль принадлежит позиции самого работающего индивида и его умению активировать в случаях воздействия стрессоров свои внутренние ресурсы, способствующие преодолению трудных ситуаций. Неоднократно показано, что купирование негативных психических состояний тесно связано с определенными эмоциональными, когнитивными и личностными свойствами человека (Бодров, 2006; Леонова, Кузнецова, 2009; Прохоров, 2005 и др.).

Особое место в структуре субъективных ресурсов преодоления стресса принадлежит механизмам и способам психической регуляции поведения и деятельности. Исследования разных лет, проводимые в этой области, показали важное значение составляющих системы осознанной саморегуляции произвольной активности и деятельности индивида, роль особенностей и взаимосвязей отдельных компонентов регуляции, целостной структуры регуляторного профиля (Дикая, 2012; Алдашева и др., 2018; Зеленова, 2013 и др.).

Большую практическую значимость для решения задач, связанных с выявлением регуляторных механизмов преодолевающего поведения в экстремальных и сложных ситуациях, имеют эмпирические работы, проводимые в русле дифференциального подхода. Психологическое обследование профессионалов показало, что уровень развития компонентов индивидуального стиля регуляции произвольной активности и деятельности являются важными предикторами надежности и успешности решения трудовых задач в разных видах труда. В ходе цикла исследований установлены и описаны особенности структуры «гармоничного регуляторного профиля», а также «акцентуированного регуляторного профиля». Показано, что диагностика профиля индивидуального стиля саморегуляции у специалистов, работающих в сложных и экстремальных усло-

виях, позволяет прогнозировать успешность деятельности (Моросанова, 2004, 2012).

Актуальность выявления механизмов саморегуляции поведения и деятельности в помогающих профессиях социономического типа в настоящее время во многом обусловлена необходимостью решения практических задач, возникающих в связи с семейным устройством детей, оставшихся без попечения родителей и формированием профессиональных приемных семей. Проект закона «О внесении изменений в Семейный кодекс Российской Федерации и Трудовой кодекс Российской Федерации в части передачи детей на социальное воспитание», рассматриваемый в Госдуме РФ, предусматривает юридический статус для профессиональных приемных родителей и фактическое закрепление новой социономической профессии, получившей название «социальный воспитатель».

Несмотря на многоэтапную процедуру подбора замещающих семей, включающую собеседование и психологическую диагностику кандидатов в социальные воспитатели, статистика правонарушений в приемных семьях и возврат детей-сирот обратно в социальные учреждения вызывает сильную тревогу общества. Опыт функционирования профессиональных приемных семей свидетельствует, что прошедшие отбор замещающие родители часто плохо представляют трудности, которые их ожидают при воспитании детей, получивших травматический жизненный опыт и имеющих серьезные заболевания и отклонения в интеллектуальной и эмоциональной сфере. Помимо этого, жизнь большой приемной семьи наполнена особыми стрессорами, приводящими к внутрисемейным конфликтам и проблемным ситуациям. В семьях часто встречаются проблемы, вызванные совместным проживанием приемных и кровных детей, конфликты приемных родителей с сотрудниками органов социальной опеки, проблемы взаимодействия с родственниками принятых в семью социальных сирот. В итоге приемная семья может утратить жизнеспособность и прекратить свое функционирование (Крюкова, Сапоровская, 2016; Куфтяк, 2010; Николаева, Япарова, 2005; Шульга, 2016 и др.).

Методика и участники исследования

С целью изучения успешности преодоления стресса социальными воспитателями в зависимости от конструктивности индивидуального профиля саморегуляции поведения и деятельности, было проведено эмпирическое исследование. Компоненты индивидуального стиля саморегуляции респондентов рассматривались в качестве важных психологических ресурсов, свидетельствующих о способности приемных родителей к успешному выходу из сложных ситуаций, возникающих в ходе жизнедеятельности приемной семьи.

Выборку респондентов была разделена на следующие группы:

1) «социальные воспитатели» (СВ) – в данную группу вошли профессиональные приемные родители, воспитывающие детей-сирот (от 2-х до 9-ти), ранее находившихся в социальных учреждениях; всего 96 ч-к, средний возраст – 47 ± 8 года;

2) «обычные родители» (ОР) – в данную группу вошли родители, проживающие в г. Москва, воспитывающие собственных детей (от 1-го до 3-х), представители разных профессий; всего 44 ч-ка; средний возраст – 41 ± 11 лет;

3) «фельдшера скорой помощи» (ФСП) – в данную группу вошли медицинские работники, занятые на скорой помощи, т.е., представители одной из помогающих профессий социономического типа; всего 72 ч-ка, средний возраст – 36 ± 7 лет; кол-во детей – от 1-го до 3-х.

Процедура обследования предполагала заполнение следующих психологических опросников.

1. Характеристики саморегуляции поведения и деятельности определялись с помощью методики В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ). Методика направлена на диагностику уровня сформированности регуляторных психических компонентов и включает шкалы: 1.«планирование» (Пл), 2.«моделирование» (М), 3.«программирование» (Пр), 3.«оценка результатов» (Ор), 4.«гибкость» (Г), 5.«самостоятельность» (С), 6. «общий уровень саморегуляции» (ОУ).

2. Стрессоустойчивость и стрессонаполненность жизни определялись с помощью методики Т.Х. Холмса, Р.Х. Раге «Шкала определения стрессоустойчивости и социальной адаптации» (Т.Н. Holms, R.H. Rahe The Social Readjustment Rating Scale, SRRS). Опросник направлен на выявление степени стрессоустойчивости и риска возникновения психосоматических заболеваний. Его применение на разных профессиональных группах показало, что люди, имеющие высокую стрессонаполненность жизни достоверно чаще страдают соматическими расстройствами (имеют проблемы с иммунитетом, у них развивается диабет, определенные виды рака, переломы, травмы и т.д.). У них часто выше уровень психической и социальной дезадаптации (Алдашева и др., 2017; Баканов, Зеленова, 2015; Вейтен, Ллойд, 2002 и др.).

Статистическая обработка данных осуществлялась на основе программ SPSS. Были использованы методы сравнительного анализа (U-критерий Манна-Уитни, T-критерий Стьюдента) и метод корреляционного анализа Спирмена.

Результаты исследования и их обсуждение

1. Особенности саморегуляции и типичный профиль ССПМ социальных воспитателей

Результаты обработки опросника ССПМ и полученное распределение респондентов в зависимости от значений общего показателя уровня саморегуляции (ОУ ССПМ) представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Частота встречаемости респондентов с разным уровнем выраженности суммарного индекса ССПМ

№	Индекс ОУ ССПМ	Группы		
		социальные воспитатели (СВ)	обычные родители (ОР)	фельдшера скорой помощи (ФСП)
1	низкий ОУ ССПМ	1,41%	2,27%	9,59%
2	средний ОУ ССПМ	39,44%	70,46%	57,53%
3.	высокий ОУ ССПМ	59,15%	27,27%	32,88%

Рассмотрение таблицы 1 показывает, что 59,15% социальных воспитателей имеют «высокий» уровень развития регуляторных навыков, «низкий» уровень имеют 1,41% обследованных и 39,44% представителей группы СВ характеризуются «средним» уровнем сформированности компонентов системы индивидуального стиля саморегуляции.

В группе «обычных родителей» чаще всего встречаются индивиды со «средним» уровнем саморегуляции – 70,46% случаев. Около одной трети обычных родителей имеют «высокий» уровень развития регуляторных навыков – 27,27%. «Низкие» значения показателя ОУ ССПМ встречаются у 2,27% обычных родителей.

В группе «фельдшеров скорой помощи» преобладают индивиды со «средним» уровнем развития регуляторных навыков – 57,53%; «высокий» уровень ОУ ССПМ имеют 32,88% обследованных участников группы ФСП, «низкий» – 9,59% представителей данной эмпирической группы.

При проведении сравнительного анализа подтвердилось то, что «социальные воспитатели» по сравнению с «обычными родителями» и «фельдшерами скорой помощи», обладают более развитыми регуляторными навыками (см. таблицу 2).

При сравнении «социальных воспитателей» и «обычных родителей» обнаружено, что в группе СВ значения регуляторных компонентов «программирование» и «моделирование» достоверно выше, чем средние значения данного показателя в группе ОР. Различия в уровне выраженности регуляторных компонентов «планирование» и «оценка результатов» у СВ и ОР не являются статистически значимыми. Регуляторный компонент «самостоятельность» у социальных воспитателей имеет достоверно более низкие значения.

Сравнение групп «социальные воспитатели» и «фельдшера скорой помощи» показало, что у СВ более развиты такие регуляторные компоненты ССПМ, как «моделирование» и «оценка результатов». Уровень сформированности компонента «самостоятельность» у СВ достоверно ниже, чем его средние значения в группе ФСП. Регуляторные компоненты «планирование», «программирование» и «гибкость» у СВ и ФСП имеют статистически близкие значения средних.

Таблица 2.

Межгрупповой сравнительный анализ результатов ССПМ

Статистики критерия		U Манна-Уитни	W Уилкоксона	Z	Асимпт. знч. (двухсторонняя)
Результаты сравнения групп СВ и ОР					
Шкалы ССПМ	«планирование»	503	1493	-1,09	0,27
	«моделирование»	364	1354	-2,78	0,005
	«программирование»	334,5	1334,5	-3,03	0,002
	«оценка результатов»	536	1526	-0,71	0,474
	«гибкость»	506,5	1496,5	-1,06	0,289
	«самостоятельность»	317	695	-3,32	0,001
	«общий уровень»	422,5	1412,5	-2,03	0,042
Результаты сравнения групп СВ и ФСП					
Шкалы ССПМ	«планирование»	901,5	3602,5	-0,661	0,50
	«моделирование»	560	3261	-3,35	0,001
	«программирование»	831	3532	-1,22	0,22
	«оценка результатов»	643	3344	-2,71	0,01
	«гибкость»	853,5	1231,5	-1,04	0,28
	«самостоятельность»	458	836	-4,14	0,001
	«общий уровень»	667	3268	-1,97	0,056

На рисунке 1 изображен профиль индивидуального стиля саморегуляции, являющийся типичным для группы социальных воспитателей. Его анализ, проведенный по критериям, выработанным В.И. Моросановой (Моросанова, 2004), позволил выделить следующие моменты.

Профиль социальных воспитателей по уровню развития почти всех основных регуляторных компонентов и показателю ОУ попадает в нормативную

группу со «средним уровнем сформированности». Кроме того, регуляторный компонент «моделирование» имеет «высокий уровень сформированности».

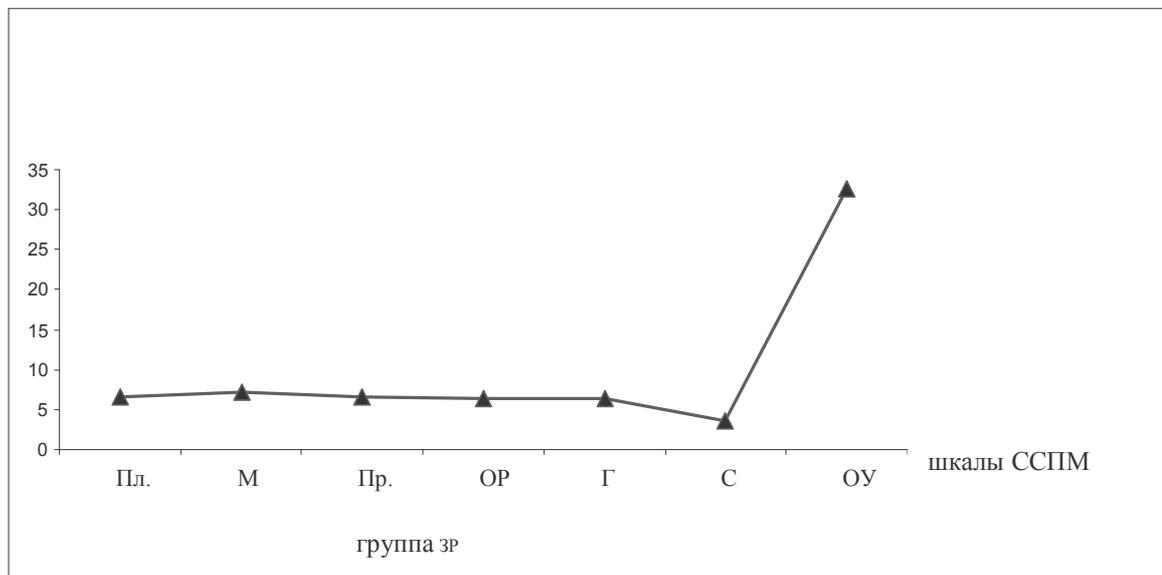


Рис. 1. Профиль ССПМ «социальных воспитателей»

То есть, интерпретация профиля индивидуального стиля саморегуляции социальных воспитателей позволяет сделать заключение о том, что для данной группы профессионалов характерна развитая система осознанной регуляции поведения и деятельности. У социальных воспитателей хорошо развиты такие регуляторные компоненты как «планирование», «моделирование», «программирование», «гибкость» и «оценка результатов», влияющие на успешность и результативность в любом виде труда. «Средний уровень» значений компонентов профиля свидетельствует о способности СВ ставить цели (осуществлять планирование), выделять необходимые и достаточные условия их реализации (моделировать деятельность), выстраивать последовательность исполнительских действия (программировать шаги на пути к цели). Значения компонента индивидуального стиля «оценка результатов» показали способность социальных воспитателей адекватно оценивать результаты действий, а значения шкалы «гибкость» свидетельствуют о том, что социальные воспитатели способны учитывать изменение ситуации и корректировать свои действия.

Анализ профиля индивидуального стиля саморегуляции социальных воспитателей выявил также, что компонент «самостоятельность» занимает в его структуре наиболее низкую позицию. Структурный компонент «самостоятельность» характеризует уровень автономности и независимости индивида в процессе осуществления деятельности. У социальных воспитателей данный компонент имеет пограничные значения, близкие к «низкому» уровню развития. Значения «самостоятельности» у социальных воспитателей по результатам

сравнительного анализа, достоверно ниже чем у обычных родителей и фельдшеров скорой помощи ($P < 0,001$). Этот факт, возможно, отражает реальный «уровень зависимости» приемных родителей от контроля со стороны разных государственных комиссий, с которыми социальным воспитателям необходимо согласовывать свои действия (бюджет, организацию домашнего быта, досуга и т.д.). Условия, в которых работают и воспитывают детей профессиональные приемные родители, включают достаточно жесткий внешний контроль и требуют гибкости при выполнении многочисленных пунктов трудового договора.

Таким образом, обсуждая итоги, можно сказать, что полученные эмпирические данные свидетельствуют о том, что регуляторные компоненты индивидуального стиля саморегуляции социальных воспитателей находятся на среднем уровне сформированности. Сильной стороной социальных воспитателей выступает хорошо развитое «планирование», опосредующее любую деятельность и являющееся системообразующим компонентом в структуре индивидуального стиля саморегуляции. Высокий уровень развития «моделирования» позволяет профессиональным приемным родителям иерархизировать действия по степени значимости для достижения целей. Взаимосвязь компонентов «планирование», «моделирование» и «программирование» свидетельствует о способности социальных воспитателей к организации конкретной деятельности и отсутствию склонности к фантазированию и импульсивному поведению. Поступки, характерные для людей, имеющих подобный тип профиля, обычно бывают осознанными, а выдвигаемые цели тесно связаны с конкретными условиями. При этом реалистично оценивая ситуацию, социальные воспитатели способны гибко реагировать на ее изменение.

В целом, мы получили, что компоненты профиля ССПМ, характерного для социальных воспитателей имеют достаточно высокий уровень развития и сбалансированную структуру, что дает основания отнести данный профиль к числу «гармоничных регуляторных профилей» (по В.И. Моросановой).

2. Индивидуальный стиль саморегуляции и стрессоустойчивость социальных воспитателей

Жизнеспособность профессиональной приемной семьи определяется множеством переменных и имеет свои специфику. Дети, оставшиеся без родителей и воспитывающиеся в социальных учреждениях, обычно характеризуются специалистами как «трудные». Они имеют многочисленные медицинские диагнозы, а также поведенческие и эмоциональные отклонения. Желаящие взять в семью на воспитание социальных сирот приемные родители не всегда хорошо представляют характер и количество проблемных ситуаций, с которыми им придется сталкиваться в процессе социализации и воспитания социальных сирот. В результате часто возникают проблемные ситуации, которые при-

водят к появлению признаков психологического неблагополучия и стресса у всех членов приемной семьи (Алдашева, Зеленова, 2015; Шульга, 2017 и др.).

Для выявления уровня стрессоустойчивости социальных воспитателей применялась методика Холмса-Раге. Были выделены группы респондентов, имеющих «высокий», «пороговый» и «низкий» уровень сопротивляемости стрессу. Результаты представлены на рисунке 2.

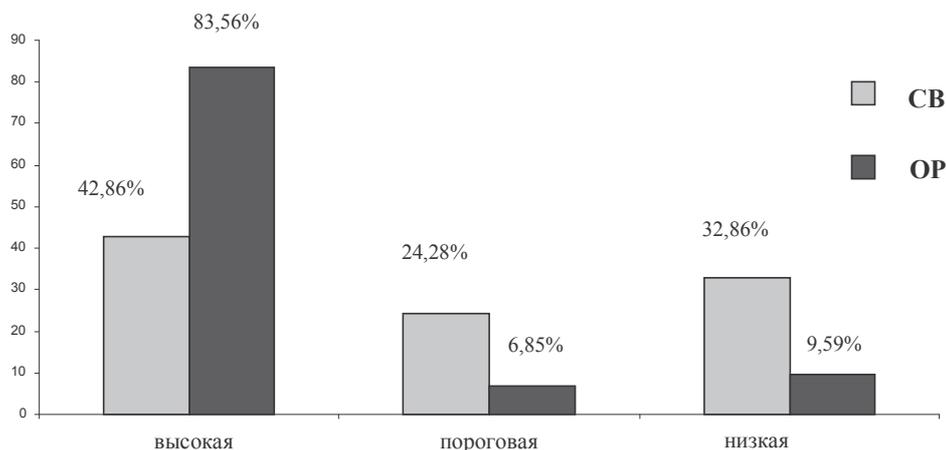


Рис. 2. Стрессоустойчивость респондентов в группах СВ и ОР.

Обработка данных показала, что «высокую» степень стрессоустойчивости имеют 42,86% обследованных «социальных воспитателей», у 24,28% представителей группы СВ отмечается ее «пороговый» уровень, 32,86% респондентов характеризуются «низкой» степенью стрессоустойчивостью. То есть, 57,14% (более половины) обследованных социальных воспитателей попадают в «зону риска», когда существует большая вероятность возникновения соматических заболеваний и нервных расстройств.

В группе «обычных родителей» наблюдается следующее распределение: 83,56% обследованных ОР имеют «высокую» степень стрессоустойчивости, «пороговый» уровень зафиксирован у 6,85% представителей данной группы, в 9,59% случаев в группе ОР встречается «низкая» степень стрессоустойчивости.

Применение методов статистического межгруппового сравнения средних показало, что различия между социальными воспитателями и обычными родителями являются статистически достоверными на уровне $P < 0,001$.

Полученные нами результаты подтверждают наблюдения практиков, непосредственно работающих и сопровождающих профессиональные приемные семьи и которые отмечают, что многим приемным родителям необходима поддержка и помощь психологов и психотерапевтов. Кроме того, сами родите-

ли отмечают значимость постоянной поддержки со стороны общества и ближнего окружения для эмоционального благополучия всех членов приемной семьи.

Дальнейший анализ предполагал выделение подгрупп «социальных воспитателей» в зависимости от уровня стрессоустойчивости и их сравнение. Были сформированы подгруппы СВ с «высоким» и «низким» уровнем стрессоустойчивости по шкале Холмса-Раге. Результаты межгруппового сравнительного анализа представлены в таблице 3.

Таблица 3.

Сравнение социальных воспитателей с разной степенью стрессоустойчивости по шкалам ССПМ

Шкалы ССПМ	t	Значимость (P ≤)	Разность средних	Стд. ошибка разности	Нижняя граница	Верхняя граница
«планирование»	0,19	0,85	0,06	0,33	-0,60	0,73
«моделирование»	1,19	0,24	0,35	0,30	-0,24	0,94
«программирование»	2,87	0,01	0,77	0,27	0,24	1,29
«оценка результатов»	-1,07	0,29	-0,26	0,25	-0,75	0,23
«гибкость»	0,60	0,55	0,18	0,30	-0,42	0,77
«самостоятельность»	-2,16	0,03	-0,88	0,40	-1,68	-0,07
«общий уровень»	0,96	0,34	0,81	0,85	-0,87	2,49

Рассмотрение статистик, представленных в таблице 3, показывает, что социальные воспитатели с высоким и низким уровнем стрессоустойчивости по шкале SRRS достоверно отличаются сформированностью таких регуляторных компонентов как «программирование» и «самостоятельность». При этом у менее «стрессоустойчивых» социальных воспитателей наблюдается более высокий уровень «программирования» ($p \leq 0,01$). Воспитатели с меньшими значениями общего индекса шкалы Холмса-Раге являются более «самостоятельными» ($p \leq 0,05$).

В литературе показано, что степень программирования поведенческой активности, включающая излишнюю детализацию действий и поступков, сопровождается высоким риском «программных сбоев» в связи с появлением неучтенных или неожиданных обстоятельств. Ситуации, требующие коррекции или отказа от планов часто вызывают у субъекта деятельности появление признаков внутренней напряженности, тревоги, раздражительности и др. То есть, в семье создаются условия для возникновения конфликтов, что приводит приемных родителей за помощью к соответствующим специалистам.

Дополнительное применение метода корреляционного анализа подтвердило наличие достоверных связей между суммарным индексом опросника Холмса-Раге и компонентами индивидуального стиля саморегуляции «гибкостью», «оценкой результатов», «самостоятельностью» и «моделированием». Полученные коэффициенты корреляций свидетельствуют о том, что стрессоустойчивость социальных воспитателей тем выше, чем выше значения соответствующих шкал ССПМ.

Таким образом, по результатам анализа полученных в исследовании статистических данных, характеризующих взаимоотношения компонентов индивидуального стиля саморегуляции и уровня стрессоустойчивости, можно сделать вывод, что вероятность негативных последствий стресса ниже у социальных воспитателей, имеющих хорошо развитые компоненты оценки последствий своих действий, более самостоятельных, проявляющих гибкость в ситуациях жизненных перемен. Несмотря на то, что жизнедеятельность профессиональных приемных семей отличается большей стрессонаполненностью, социальные воспитатели справляются с ними, в том числе и за счет хорошо сформированной системы осознанной саморегуляции поведения и деятельности.

Выводы

Результаты проведенного эмпирического исследования позволили сделать следующие выводы:

1. Установлено, что общий уровень развития основных регуляторных компонентов индивидуального стиля саморегуляции в группе профессионалов «социальных воспитателей» статистически достоверно выше, чем в группе обычных родителей. Социальные воспитатели в своей произвольной деятельности опираются на сформированные регуляторные компоненты, целостная структура которых может быть описана как адекватная, гибкая, обладающая высокой степенью осознанности.

2. Сравнение социальных воспитателей как представителей социальной сферы труда, где помогающее поведение составляет основу профессиональной деятельности с фельдшерами скорой медицинской помощи, также входящими в группу помогающих профессий социоэкономического типа, показало достоверно более высокий уровень развития индивидуальных регуляторных компонентов у социальных воспитателей. Характеристики системы осознанной саморегуляции поведения и деятельности, выявленные эмпирическим путем, свидетельствует о способности социальных воспитателей успешно решать профессиональные задачи, осознанно регулировать воспитательный процесс, активно формировать конечные и промежуточные цели, выделять и применять способы их достижения в конкретных условиях.

3. Анализ соотношения компонентов индивидуального стиля саморегуляции в структуре типичного профиля социальных воспитателей показал, что выявленный профиль относится к числу «гармоничных», а составляющие его регуляторные компоненты («планирование», «моделирование», «программирование» и др.), имеют «средний уровень развития». Из этого следует, что регуляция любой деятельности у социальных воспитателей характеризуется осознанностью целей и сознательным планированием на всех этапах их достижения. Характер регуляторного профиля свидетельствует о направленности социальных воспитателей на анализ условий предполагаемой деятельности, а также о представленности во внутреннем плане конкретной и реалистичной модели будущих действий. Социальные воспитатели предпочитают построение детализированных алгоритмов достижения цели («программирование» всей предстоящей деятельности), что, согласно имеющимся в литературе данным, тесно связано с отсутствием импульсивности в поступках. Наличие у социальных воспитателей адекватной системы оценки результатов деятельности, а также развитость регуляторного компонента «гибкости» позволяют своевременно вносить изменения в готовые планы в соответствии со сменой обстоятельств. Обнаружена более низкая автономность социальных воспитателей по сравнению с группой обычных родителей, а также группой представителей другого вида помогающих профессий – фельдшеров скорой медицинской помощи.

4. Применение методики Холмса-Раге позволило эмпирически подтвердить высокий уровень стрессгенности жизни социальных воспитателей и существование высокой вероятности развития у профессионалов данной группы психосоматических нарушений. Поэтому, решая проблему отбора и обучения будущих профессионалов «социальных воспитателей» важно учитывать наличие у кандидатов навыков саморегуляции и особенности структуры индивидуального профиля осознанной регуляции поведения и деятельности, что позволит сохранить жизнеспособность профессиональной приемной семьи и здоровье всех ее членов.

Литература

Алдашева А.А., Гуцыкова С.В., Зеленова М.Е. Профессиональный менталитет как регулятор деятельности социальных воспитателей // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2018. № 2. С. 20–36.

Алдашева А.А., Зеленова М.Е. К проблеме построения профессиограммы специалиста «замещающий родитель» // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2016. № 1. С. 99–114.

Алдашева А.А., Зеленова М.Е. Профессиональная замещающая семья: подход к проблеме с позиций социальной психологии труда // Семья, брак и

родительство в современной России. Вып. 2 / Под ред. А.В. Махнач, К.Б. Зуева. М.: Изд-во ИП РАН, 2015. С. 17-25.

Алдашева А.А., Зеленова М.Е. Профессиональный менталитет как ресурс успешности социальных воспитателей // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2018. Т. 3. № 1. С. 23-47.

Алдашева А.А., Зеленова М.Е., Рунец О.В. Индивидуальный стиль саморегуляции как ресурс стрессоустойчивости у замещающих родителей // Социальная психология и общество. 2017. Т. 8. № 1. С. 75-92.

Баканов А.С., Зеленова М.Е. Когнитивно-стилевые детерминанты успешности профессиональной деятельности // Социальная психология и общество. 2015. Т.6. №2. С. 61-75.

Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕР СЭ, 2006.

Вейтен У., Ллойд М. Стресс и его эффекты // Общая психология. Тексты. Т. 2. Кн. 1. Субъект деятельности / Отв. ред. В.В. Петухов. М.: УМК «Психология», 2002. С. 501–542.

Дикая Л.Г. Социально-психологические и личностные аспекты саморегуляции функционального состояния человека // Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики. Вып. 4. / Под ред. В.А. Бодрова, А.Л. Журавлева. М.: Изд-во ИП РАН, 2012. С. 163-181.

Жуйкова В.Б., Панюшина Т.Д. Понятие профессиональности позиции принимающего родителя // Консультативная психология и психотерапия. 2015. № 4. С. 83-101.

Зеленова М.Е. Индивидуальный стиль саморегуляции как внутренний ресурс стрессоустойчивости субъектов трудовой деятельности // Социальная психология и общество. 2013. № 1. С. 69-82.

Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для вузов. М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997.

Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В. Стрессы семейных отношений: тенденции и эффекты совладания // Социальная и экономическая психология. 2016. Т.1. №1. С.174-195. Эл. журнал. <http://soc-econom-psychology.ru/engine/documents/document204.pdf>

Куфтяк Е.В. Исследование устойчивости семьи при воздействии трудностей [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. № 6 (14). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 02.11.2018).

Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Психологические технологии управления состоянием человека. М.: Смысл, 2009.

Маркова А.К. Психология профессионализма. М.: Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996.

Моросанова В.И. Дифференциальный подход к психической саморегуляции: исследование действий профессионала // Психологический журнал. 2012. Т. 33. № 3. С. 98-111.

Моросанова В.И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ): Руководство. М: Когито-Центр, 2004.

Николаева Е.И., Япарова О.Г. Модель социально-психологических детерминант успешного приемного родительства [Электронный ресурс] // Российская энциклопедия судебных экспертиз. URL: <http://www.sudexp.org/publ/14-1-0-1482> (дата обращения: 03.11.2018).

Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности. М.: Изд-во «Пер СЭ», 2005.

Шульга Т.И. Проблемы адаптации детей, оставшихся без попечения родителей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья, в опекунских семьях // Психологическая наука и образование. 2016. Т. 21. № 4. С. 75-82.

SELF-REGULATION OF STRESS AMONG SOCIAL EDUCATORS AS A FACTOR OF PROFESSIONALISM AND SUSTAINABILITY OF THE FAMILY FOSTER FAMILY

Aldasheva A.A., Zelenova M.E., Runez O.V.

Institute of Psychology of the Russian Academy of Science, Moscow

Abstract. The study aims to identify psychological variables that contribute to the success and sustainability of professional foster families. It presents the results of an empirical study of the stress levels and the specifics of mental states of self-regulation among the representatives of the professional group performing the functions of foster parents ('social educators'). The study identifies and describes the characteristic features of the individual style of the self-regulation behaviour and activities of social educators. An intergroup comparison between the regulatory profiles of 'social educators,' 'ordinary parents' and specialists of a helping profession of a socionomic type, such as an emergency medical assistant, has been conducted. The results demonstrate that the level of development of the individual self-regulation style components among social educators can be attributed to professionally important qualities, which should be taken into account when selecting candidates who wish to become foster parents.

Keywords: professional foster family, 'social educator' profession, professionally important qualities, stress, mechanisms of mental state regulation, individual self-regulation style