

Российская академия наук  
Институт психологии

# МЕТОДОЛОГИЯ, ТЕОРИЯ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

Ответственные редакторы

*А. Л. Журавлев,  
Е. А. Никитина,  
Н. Е. Харламенкова*

Издательство  
«Институт психологии РАН»  
Москва – 2019

УДК 159.9  
ББК 88  
М 54

*Все права защищены.  
Любое использование материалов данной книги полностью  
или частично без разрешения правообладателя запрещается*

Редакционная коллегия:

*Г. А. Виленская, А. Л. Журавлев (отв. ред.), В. В. Знаков, А. Н. Книголюбова,  
Т. А. Нестик, Е. А. Никитина (отв. ред.), Е. А. Сергиенко, Д. В. Ушаков,  
Н. Е. Харламенкова (отв. ред.), А. В. Юревич*

**М 54** **Методология, теория, история психологии личности** / Отв. ред.  
А. Л. Журавлев, Е. А. Никитина, Н. Е. Харламенкова. — М.: Изд-во  
«Институт психологии РАН», 2019. — 734 с. (Методология, исто-  
рия и теория психологии)

ISBN 978-5-9270-0397-6

УДК 159.9  
ББК 88

Книга подготовлена и издана в год празднования 95-летия со дня рождения Л. И. Анцыферовой — известного российского ученого с мировым именем. В настоящем издании представлены результаты современных исследований, посвященных проблемам психологии личности — методологическим и теоретико-эмпирическим разработкам в этой области психологии, историко-психологическим исследованиям личности, психологии развития и социальной психологии личности, проблеме жизнеспособности личности и совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях. Обсуждается широкий спектр вопросов, в котором отражена актуальность и востребованность анализа проблемы личности в психологии, показана преемственность исследований в этой области знания.

© ФГБУН «Институт психологии РАН», 2019

ISBN 978-5-9270-0397-6

# Содержание

*Журавлев А. Л., Харламенкова Н. Е.* Вместо предисловия.  
Междисциплинарный, системный, динамический подход  
Л. И. Анцыферовой: история, состояние, перспективы. . . . . 11

## Раздел I

### МЕТОДОЛОГИЯ И ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

*Гришина Н. В.* Процессуальная природа личности:  
«выход за свои пределы» . . . . . 23

*Лебедев А. Н.* Исследование психологических механизмов  
саморазвития личности в рамках системного подхода . . . . . 31

*Немов Р. С., Яценко Д. А.* Основы метанаучного  
конструктивно-критического анализа  
психологических теорий, опытных исследований  
и методов работы с личностью. . . . . 38

*Овчинникова Т. Н.* Саморегуляция в развитии человека  
и ее диалогическая природа . . . . . 45

*Ожиганова Г. В.* Высшие творческие способности:  
подходы и методы исследования  
(в контексте идей Л. И. Анцыферовой) . . . . . 54

*Плющ А. Н.* Теоретические подходы к исследованию  
личности и их метаанализ . . . . . 61

*Прохоров А. О.* Структурно-функциональная организация  
ментальной регуляции психических состояний . . . . . 69

*Рябикина З. И.* Проблемы и тренды развития методологии  
современной психологии . . . . . 78

*Селиванов В. В.* Личностная динамика субъекта  
в виртуальной реальности . . . . . 86

**Раздел II**  
**ТЕОРЕТИКО-ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ**  
**ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ**

<i>Барabanщиков В. А., Лупенко Е. А., Шунто А. С.</i> Восприятие и оценка индивидуально-психологических характеристик человека при разном способе его изображения . . . . .	97
<i>Бызова В. М., Перикова Е. И.</i> Метакогнитивная включенность в структуру личностного потенциала человека . . . . .	106
<i>Головей Л. А., Данилова Ю. Ю.</i> Субъективное благополучие подростков в разных ситуациях развития в связи с событийной насыщенностью жизни. . . . .	114
<i>Дорфман Л. Я., Гасимова В. А., Ковалева Г. В.</i> Субъективное пространство как фактор креативного мышления. . . . .	123
<i>Калугин А. Ю.</i> Обобщенные свойства темперамента и ценностно-смысловой сферы личности. . . . .	133
<i>Мишкевич А. М., Щебетенко С. А.</i> Половые различия в поведенческих индикаторах открытости опыту. . . . .	142
<i>Моросанова В. И., Бондаренко И. Н.</i> Дифференциально-типологические ресурсы академической успешности и саморазвития: состояние проблемы . . . . .	150
<i>Нартова-Бочавер С. К.</i> Средовая идентичность личности и моральные мотивы . . . . .	156
<i>Ребеко Т. А.</i> Успешность построения искусственного понятия у больных атопическим дерматитом и псориазом. . . . .	164
<i>Руднова Н. А., Корниенко Д. С.</i> Различия в личностных характеристиках в связи с уровнем прокрастинации. . . . .	173
<i>Шляпников В. Н.</i> Структура самооценки волевых качеств личности у представителей различных этнических групп . .	180

**Раздел III**  
**ИСТОРИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ**  
**ЛИЧНОСТИ**

<i>Васильченко Н. А.</i> Личность летчика: история изучения и современность . . . . .	193
<i>Воловикова М. И.</i> Лаборатория психологии личности ИП РАН в период с 1984 по 1991 г. . . . .	200
<i>Галкина Т. В.</i> Научное творчество Я. А. Пономарева: основные идеи и открытия. . . . .	208

<i>Елисеева И. Н., Олейник Ю. Н.</i> Наукометрический анализ как метод изучения состояния и динамики научного направления (на примере использования категории «индивидуальность» в названиях диссертационных исследований 1992–2018 гг.) . . . . .	218
<i>Жалагина Т. А.</i> Алексей Фёдорович Шикун – от истории психологии в Тверском регионе к ее перспективам. . . . .	234
<i>Жалагина Т. А., Короткина Е. Д.</i> Развитие психологической науки и практики в Твери: вклад Х. И. Лейбовича . . . . .	244
<i>Костригин А. А. Г. Я.</i> Трошин в Праге . . . . .	255
<i>Мазилев В. А.</i> Профессионал и время: о работах Л. И. Анцыферовой в области истории психологии . . . . .	261
<i>Матан В. В.</i> Карьера: историко-психологический анализ понятия. . . . .	274
<i>Мироненко И. А.</i> Личность ученого: Борис Дмитриевич Парыгин . . . . .	281
<i>Няголова М. Д.</i> Вклад Л. И. Анцыферовой в изучение истории французской психологии XX в. . . . .	291
<i>Прокушенкова О. И.</i> Содержание индивидуальных представлений об образе Бога у подростков московских школ . . . . .	300
<i>Стоюхина Н. Ю.</i> Жизнь и творчество И. П. Четверикова . . . . .	314
<i>Холондович Е. Н.</i> Жизненный путь гения . . . . .	321
<i>Юров И. А.</i> Психология личности в отечественной парадигме . . . . .	337

**Раздел IV**  
**ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ И ПРОБЛЕМА**  
**ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ**

<i>Будрина Е. Г.</i> Специфика интеллектуального развития в младшем школьном и младшем подростковом возрасте . . . . .	349
<i>Виленская Г. А.</i> Контроль поведения у младших школьников с ограниченными возможностями здоровья и с типичным развитием. . . . .	358
<i>Гильманов С. А.</i> Психология мудрости и образование: теоретические и практические аспекты . . . . .	367
<i>Иванкова Д. Л.</i> Изучение жизненной компетентности личности в контексте принятия и решения возрастных задач . . . . .	376

<i>Ипполитова Е. А.</i> Субъективная картина жизненного пути пожилых людей, переживших смерть брачного партнера . . .	385
<i>Кашапов М. М.</i> Профессионализация мышления как ресурс жизненного пути личности . . . . .	392
<i>Клементьева М. В.</i> Биографическая рефлексия в структурно-функциональной организации жизненного пути личности . . . . .	400
<i>Лоскутова М. Е.</i> Направленность личности студентов среднего профессионального образования . . . . .	408
<i>Мурзина Ю. С.</i> Обзор современных теорий мудрости: от личности к нейросети. . . . .	415
<i>Никитина Е. А.</i> Представления людей разного возраста о мудрости . . . . .	425
<i>Савина О. О.</i> Идентичность подростков в аспекте ресоциализации . . . . .	433
<i>Хазова С. А., Беляева Т. И.</i> Образ жизненного пути у лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата . . . .	441
<i>Честюнина Ю. В., Трушина И. А., Веденеева Е. В.</i> Ценности и удовлетворенность жизнью людей пенсионного возраста в стареющем обществе . . . . .	450
<i>Швец Т. А.</i> Особенности возрастной идентичности младших подростков из различных регионов РФ . . . . .	457

## Раздел V

### СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

<i>Адамян А. А.</i> Чувствительность к справедливости: исследование предсказательной валидности опросника . . .	467
<i>Алдашева А. А., Рунец О. В.</i> Индивидуальные стратегии совладания в профессиональной деятельности . . . . .	474
<i>Вавакина Т. С.</i> Проявление субъектности в партнерском взаимодействии . . . . .	484
<i>Кисляков П. А., Шмелева Е. А.</i> Факторы просоциальной субъектности личности . . . . .	494
<i>Китова Д. А., Апреликова Н. Р.</i> Потребности российских интернет-пользователей в знаниях о психологии (на примере поисковых запросов в Яндексe) . . . . .	501
<i>Ковалева Ю. В., Арутюнян К. Р.</i> Разработка анкеты для измерения Веры и Надежды как составляющих оптимистической триады . . . . .	511

<i>Кондратьев М. Д., Штомпель С. Т.</i> Временная перспектива подростков, планирующих переезд (на примере Москвы и Магадана) . . . . .	518
<i>Короткина Т. И., Якунин А. П.</i> Ролевая толерантность подростков как частный вид социальной толерантности . . .	525
<i>Мустафина Л. Ш.</i> Представления о совести и выраженность психопатологической симптоматики у студентов. . . . .	535
<i>Нестик Т. А.</i> Ответственность перед будущими поколениями и отношение личности к глобальным рискам . . . . .	543
<i>Нестик Т. А., Новикова О. В.</i> Долгосрочная ориентация психологов-исследователей и их представления о будущем психологии. . . . .	552
<i>Позняков В. П.</i> Ценностные ориентации личности и психологические отношения субъектов экономической деятельности. . . . .	561
<i>Пономарева И. В., Сизова Я. Н.</i> Выученная беспомощность мигрантов на различных этапах адаптации: теоретическая модель исследования . . . . .	568
<i>Самохвалова А. Г.</i> Коммуникативные трудности подростков-жертв школьного насилия в поликультурной образовательной среде. . . . .	575
<i>Синельникова Е. С., Леонтьева А. А.</i> Взаимосвязь эмоционального интеллекта и предпочтения способов взаимодействия в конфликте у студенческой молодежи . . .	583
<i>Хавыло А. В., Лобанкова И. В.</i> Личностные детерминанты сетевого поведения молодежи . . . . .	588
<i>Честюнина Ю. В., Забелина Е. В.</i> Временная перспектива и экономические аттитюды (сравнительное исследование представителей российской и японской молодежи) . . . . .	596
<i>Честюнина Ю. В., Сизова Я. Н., Овчинников М. В.</i> Субъективная оценка уровня дохода людьми пенсионного возраста в условиях стареющего общества . . .	605

## Раздел VI

### ЛИЧНОСТЬ В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ: ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ И СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ

<i>Адеева Т. Н.</i> Характеристика внутренней картины дефекта у младших школьников с нарушениями зрения. . . . .	615
--	-----

<i>Бехтер А. А.</i> Развитие проактивного совладающего поведения первокурсников с помощью рефлексивного тренинга. . . . .	624
<i>Бузина А. А.</i> ИмPLICITные представления об оскорблении . . .	632
<i>Евстафеева Е. А., Забелина Е. В., Пономарева И. В., Циринг Д. А.</i> К вопросу о психологических факторах выживаемости больных злокачественными новообразованиями. . . . .	640
<i>Зеленова М. Е., Лекалов А. А., Лим В. С., Костенко Е. В.</i> Жизнестойкость и копинг-стратегии в контексте диагностики профессионального здоровья летчиков . . . . .	647
<i>Карпова Е. А.</i> Мотивационные детерминанты жизнестойкости личности . . . . .	657
<i>Крылова М. А.</i> Отношение молодых людей к трудным жизненным ситуациям: ментальная репрезентация и совладающее поведение . . . .	663
<i>Крюкова Т. Л., Воронцова О. Р.</i> Когнитивно-поведенческие маркеры средней взрослости (40–60 лет): готовность к переменам и стратегии межличностных отношений . . . .	672
<i>Куфтяк Е. В.</i> Совладающее поведение в период взросления: соотношение механизмов психологических защит, реактивного и проактивного совладания . . . . .	680
<i>Никитина Д. А., Харламенкова Н. Е.</i> Личность в трудных жизненных ситуациях: преобладание идей . . . . .	690
<i>Польская Н. А., Цейтлина М. Д.</i> К вопросу о связи стыда и нарциссизма. . . . .	698
<i>Салихова А. Б.</i> Толерантность личности к неопределенности и мотивация исследовательской деятельности аспирантов. . . . .	705
<i>Чернов А. В.</i> Роль мотивации и рефлексии в регуляции психических состояний студентов . . . . .	715
<i>Шестова М. А.</i> Когнитивная регуляция эмоций в структуре интеллектуально-личностного потенциала. . . .	722
Авторы . . . . .	732



# Жизнестойкость и копинг-стратегии в контексте диагностики профессионального здоровья летчиков

*М. Е. Зеленова\**, *А. А. Лекалов\*\**, *В. С. Лим\*\**, *Е. В. Костенко\*\**

\* Институт психологии РАН, Москва  
mzelenova@mail.ru

\*\* Филиал №1 ФГКУ «ГВКГ им. акад. Н. Н. Бурденко» МО РФ, Москва  
lek150@yandex.ru; 7cvkag@mail.ru; costenko.lena@yandex.ru

В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление внутренних ресурсов, способствующих купированию стресса и сохранению профессионального здоровья специалистов, занятых в экстремальных и опасных видах труда (на примере военных летчиков). В качестве ресурсов стрессоустойчивости субъекта труда рассматривались конструктивность копинг-стратегий, уровень профессионализма и особенности жизнестойкости («hardiness»). Состояние физического здоровья определялось по результатам врачебного обследования. Наполненность жизни стрессогенными событиями и диагностика уровня психологического благополучия (наличие признаков негативных психических состояний) осуществлялись на основе стандартизированных психологических тестов. Установлено, что профессионализм и жизнестойкость являются самостоятельными группами ресурсов преодоления субъекта труда, работающего в экстремальных условиях среды. Конструктивность копинг-стратегий выступает в качестве комплементарной переменной, тесно связанной как с жизнестойкостью личности, так и профессиональной компетентностью.

*Ключевые слова:* стресс, профессиональное здоровье, внутренние ресурсы совладания, профессионализм, конструктивность копинг-стратегий, жизнестойкость.

## **Введение**

Проблема профессиональной надежности, работоспособности и сохранения профессионального здоровья специалистов, выполняю-

---

Исследование выполнено в соответствии с государственным заданием № 0159-2017-0001.

щих задания в опасных и экстремальных условиях среды, по-прежнему является одной из центральных проблем психологии труда. Ее различные аспекты традиционно исследуются в рамках адаптивно-гомеостатического подхода, изучающего психофизиологические возможности человека, резервы организма, обеспечивающие успешность адаптации к вредным воздействиям. Изучение адаптивных ресурсов индивида не как биологической системы, а как субъекта деятельности, представлено в работах А. А. Алдашевой, В. А. Бодрова, Л. Г. Дикой, А. Б. Леоновой, В. И. Медведева, Л. И. Моросановой и других ученых, рассматривающих особенности психической регуляции функциональных состояний и поведения человека, роль мотивации и характеристик личности в обеспечении качества труда в экстремальных условиях.

Анализируя работы, посвященные поведению человека в трудных ситуациях, Л. И. Анцыферова выделяет психологию «совладания» («coping behavior») как самостоятельное психологическое направление, возникшее в XX веке на базе эмпирических и теоретических исследований, направленных на поиск «конструктивных, неконструктивных и самопоражающих стратегий в драматических жизненных условиях», выявление характеристик, «которые либо способствуют, либо препятствуют индивиду совладать с ситуациями, заключающими в себе угрозу человеческим ценностям: жизни, здоровью, самоуважению, смыслу существования» (Анцыферова, 1994, с. 3).

В настоящее время большинством ученых «совладающее поведение» рассматривается как особый вид социального поведения, позволяющего человеку преодолевать трудные жизненные ситуации путем привлечения социальных и субъектных ресурсов, регуляторных психических механизмов, способов и приемов (Журавлев, Крюкова, Сергиенко, 2008). Научно-понятийный аппарат, используемый при изучении вопросов стресса, включает такие понятия как «преодоление», «совладание», «копинг-поведение», «копинг-стратегии», «копинг-стили». Считается, что совладающее поведение может иметь разный уровень осознанности, а стили и стратегии преодоления в значительной степени детерминированы индивидуально-личностными свойствами индивида. При описании личностных характеристик, связанных с уровнем стрессоустойчивости субъекта деятельности, широко используются такие конструкты как «жизнестойкость», «адаптационный потенциал», «личностный потенциал» и др. Их диагностика осуществляется на базе соответствующих ме-

тодических разработок и тестов (Бодров, 2006). В психологии труда среди ресурсов преодоления особо подчеркивается значение профессиональной квалификации субъекта деятельности, уровень его профессионализма и подготовленности (Алдашева, 2012; Зеленова, Захаров, 2014; Постылякова, 2005; и др.).

Несмотря на длительную историю, эмпирическое изучение вклада конкретных ресурсов в процесс преодоления, проблема комплементарности и специфика актуализации ресурсов в разных видах труда, продолжает оставаться актуальной и находится в центре внимания исследователей (Иванова, Леонтьев, Осин и др., 2019). Особую значимость диагностика «копинг-поведения» получает при решении задач, связанных с подготовкой и отбором специалистов для работы в социально-ответственных профессиях, где субъект деятельности подвержен влиянию вредных физических и психических факторов. Результативность и надежность труда в данном случае во многом определяется стресс-резистентностью специалиста, его способностью качественно выполнять работу, несмотря на физические и психические перегрузки (Бодров, 2001).

Профессия военного летчика относится к числу социально-ответственных видов труда и по уровню стресса занимает верхние строки в рейтингах стрессогенности профессий. Среди критериев надежности и профессиональной пригодности летчиков, В. А. Пономаренко особо отмечает квалификационный уровень и способность к саморегуляции, рассматривая их неотрывно от личности летных специалистов и состояния профессионального здоровья («природной основы профилактики аварийности») (Пономаренко, 2014). Согласно статистике, 47% случаев аварий являются следствием квалификационных «ошибок пилота» и происходят по причине «отказов здоровья», связанных с его нарушениями и хронической усталостью. Совершенствование врачебно-летной экспертизы предполагает дополнение ВЛК методами, позволяющими диагностировать психологические составляющие профессионального здоровья. Разработка такого рода методических комплексов осуществляется в гражданской и военной авиации (Бодров, Зеленова, Лекалов и др., 2012; Зеленова, Лекалов, Костенко, 2016; и др.). Представленное эмпирическое исследование проводилось в рамках совместной темы ИП РАН и Филиала № 1 ФГКУ «ГВКГ им. ак. Н. Н. Бурденко» МО РФ» и направлено на изучение профессиональных и индивидуально-личностных ресурсов профессионала, позволяющих сохранять здоровье в экстремальных условиях летной деятельности.

## Участники и методы исследования

В исследовании приняли участие военные летчики (n=82), проходившие ВЛК с целью подтверждения профессиональной пригодности по критериям состояния здоровья. Выявлялись основные показатели социально-демографического, профессионального и медицинского статуса респондентов. Психологическое тестирование включало следующие методики:

1. «Шкалу стрессогенности событий» (ШСС) Холмса—Раге;
2. «Шкалу психологического стресса» (PSM-25) Л. Лемура, Р. Тессье, Л. Филлиона;
3. «Опросник выявления профессионального выгорания» (МВІ) К. Маслач, С. Джексон;
4. Опросник «Дифференцированная оценка состояний сниженной работоспособности» (ДОРС) А. Б. Леоновой, С. В. Величковой;
5. Методику «Степень хронического утомления» (СХУ) А. Б. Леоновой, И. В. Шишкиной;
6. «Тест жизнестойкости» (ТЖ) С. Мадди;
7. Опросник С. Хобфолла «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (SACS).

Оценка профессионального статуса летчиков включала учет основных характеристик летной деятельности — «классности», «стажа» и «общего налета часов». Показатель «классность» является наиболее значимым индикатором мастерства и отражает уровень летной подготовки, сформированность навыков, знание теории, умение решать полетные задачи в соответствии с нормативами. Классность имеет следующие уровни: «3-й класс», «2-й класс», «1-й класс», «мастер, снайпер».

*Статистическая обработка данных* проводилась с использованием программ SPSS. Применялись методы: сравнительный анализ (t-критерий Стьюдента, U-критерий Манна—Уитни), корреляционный анализ (коэффициент Спирмена), факторный анализ (метод главных компонент). Уровень достоверности —  $p < 0,05$ .

## Результаты исследования

Обработка данных методик, диагностирующих наличие признаков негативных психических состояний (стресса, выгорания, утомления и сниженной работоспособности) показала, что летчики хорошо справляются с экстремальными условиями труда. В 95,8% случаев

мы зафиксировали «высокий уровень» сопротивляемости стрессу. В профессиональных ситуациях во время выполнения заданий 46,3% летчиков испытывают психическую напряженность «умеренной» степени. Показатели выгорания «эмоциональное истощение» и «деперсонализация» у 66,6% летчиков также имеют «низкую» степень выраженности, что касается «редукции личных достижений», то низкие баллы зафиксированы лишь у 35,3% респондентов.

Опасным нарушением профессионального здоровья летчиков считается утомление, которое является основой аварийности в 10% случаев. По результатам обработки установлено, что у летчиков наблюдаются отдельные признаки утомления по шкале СХУ, однако у 43,5% летных специалистов установлена «умеренная» степень сниженной работоспособности и утомления в полете. Основные проявления сниженной работоспособности наблюдаются по шкалам ДОРС «сниженное самочувствие», «физиологический дискомфорт», «нарушения эмоционально-аффективной и мотивационной сферы».

Дальнейший анализ предполагал выявление взаимосвязей негативных психических состояний с социально-демографическими и профессиональными характеристиками летчиков, а также конструктивностью копинг-стратегий и уровнем жизнестойкости. С этой целью был проведен корреляционный анализ и сравнение групп, сформированных в зависимости от выраженности стресса, выгорания, утомления в соответствии с нормативами соответствующих методик.

Данные корреляционного анализа показали, что признаки хронического утомления у летчиков нарастают со стажем, объемом и сложностью профессиональной деятельности. Выявлено, что признаки выгорания по шкале «деперсонализация» (МВІ) усиливаются с возрастом, а «редукция личных достижений» в меньшей степени наблюдается у имеющих семью и детей летчиков. Что касается симптомов стресса, то их взаимосвязь с возрастом и стажем не достигает уровня статистической достоверности.

Соматическое здоровье летчиков находится в обратной связи с количеством детей в семье, стажем, возрастом, а также показателями летной загруженности и общей стрессонаполненности жизни — чем больше возраст, стаж, «налет часов» и количество эмоционально-значимых событий, тем ниже уровень здоровья респондентов.

Анализ матрицы интеркорреляций показал, что конструктивность преодолевающего поведения (индекс КСПП) находится в обратной связи с уровнем стресса, выгорания, хронического утом-

ления и сниженной работоспособности. Чем более активные и про- социальные стратегии («Ассертивные действия», «Вступление в социальный контакт», «Поиск социальной поддержки») представлены в преодолевающем поведении летчиков, тем выше показатели стрессоустойчивости, психического равновесия и субъективного благополучия. Установлено также, что шкалы SACS тесно связаны с показателями профессионального статуса — «стажем», «налетом часов» и «классностью». Чем выше эти характеристики, тем чаще летчики в ситуациях преодоления опираются на социальную поддержку и реже используют «Асоциальные действия». Статистически достоверные различия при делении выборки по величине КСПП получены относительно суммарного индекса PSM-25, показателей СХУ «Нарушение эмоциональной сферы» и «Снижение мотивации», шкал ДОРС «Утомление» и «Монотония» и шкал МВИ «Эмоциональное истощение» и «Деперсонализация». Уровень негативных проявлений выше у летчиков из группы с «низкой степенью» конструктивности копинг-стратегий по SACS. Сопоставление летчиков с разным уровнем конструктивности КСПП по шкале ШСС не выявило достоверных различий в уровне стрессонаполненности жизни в быту и на службе.

Установлено, что негативные состояния у летчиков находится в тесной связи со шкалами жизнестойкости теста С. Мадди, диагностирующего личностные предикторы стрессоустойчивости индивида. Получено, что чем выше показатели внутреннего неблагополучия по шкалам ДОРС, СХУ, PSM-25 и МВИ, тем ниже значения суммарного и частных показателей по ТЖ С. Мадди. Состояние физического здоровья оказалось в наибольшей степени связано с компонентом жизнестойкости «контроль», отражающего степень уверенности человека в своей способности определять течение жизни. Компонент жизнестойкости «принятие риска», характеризующий активную позицию индивида, направленность на взаимодействие с другими и отношение к стрессовым ситуациям как жизненному опыту, выступил в качестве наиболее дифференцирующего группы по степени выраженности внутреннего неблагополучия и дискомфорта.

Анализ взаимосвязей профессионализма летчиков с уровнем психической напряженности, жизнестойкости и особенностями копинг-стратегий показал следующее. Летчики верхних и нижних классов по данным сравнительного анализа имеют одинаковый уровень физического здоровья. При этом у высококлассных специалистов ниже показатели выгорания по шкале МВИ «Деперсонализация» — меньше выражены симптомы эмоциональной отстраненности, безразличия, агрессии и раздражительности. Установлено,

что чем больше летный стаж и «общий налет часов» (опыт работы и степень загруженности), тем выше показатели хронического утомления. При этом профессионалы более работоспособны в полете по сравнению с летчиками нижних степеней классности — у них ниже уровень психофизиологического истощения и пресыщения, реже возникает дискоординация под влиянием перегрузок (ДОРС). Сравнительный анализ групп в зависимости от уровня профессионализма показал, что высококлассные профессионалы в ситуациях стресса реже используют неконструктивные копинг-стратегии (импульсивные, асоциальные, непрямые и осторожные действия).

Результаты факторного анализа уточнили и подтвердили основные взаимозависимости. Применение метода главных компонент с последующим варимакс-вращением позволило получить пятифакторную матрицу (73% совокупной дисперсии). Первый фактор получил название «Профессионализм» (23,41%). С высокими факторными весами в него вошли характеристики профессионального статуса «налет часов», «классность» и «стаж», а также такие социально-демографические характеристики как наличие семьи и детей. Второй фактор двухполюсной определяется суммарным индексом теста С. Мадди «Жизнестойкость» (18,4%). Показатели PSM-25, МВИ и ДОРС составили противоположный полюс данного фактора. Это означает, что чем выше уровень жизнестойкости, тем меньше выражены симптомы общей психической напряженности и выгорания, а также «стресс» и «утомление» на рабочем месте. Третий фактор «Пресыщение» (13,84%) составили шкалы ДОРС «пресыщение» и «монотония» характеризующие негативные переживания, связанные с преобладанием стереотипных и простых заданий. Четвертый фактор «Стрессонаполненность жизни» (10,01%) назван в соответствии с ведущей шкалой — суммарным индексом опросника ШСС и подтверждает выявленные ранее взаимосвязи стрессогенности жизни с уровнем хронического утомления (индекс ИХРУ) и конструктивностью копинг-стратегий (индекс КСПП SACS). Пятый фактор «Здоровье» (7,29%), отражает обратную связь соматического здоровья респондентов с признаками утомления и выгорания («редукция личных достижений»), импульсивностью поведения в трудных ситуациях (SACS), и прямую — с семейным статусом летчиков.

## **Заключение**

Таким образом, на основе применения нескольких методов статистики были выявлены значимые взаимосвязи между показателями

профессионального здоровья летчиков, с одной стороны, и такими характеристиками как профессионализм, жизнестойкость и конструктивность преодолевающего поведения. Установлено, что чем выше уровень жизнестойкости и эффективность копинг-стратегий, тем ниже уровень стресса, выгорания и утомления летных специалистов. Показатели профессионального статуса летчиков («стаж», «налет часов» и «классность») достоверно связаны с показателями хронического утомления, сниженной работоспособности и выгорания, а также особенностями преодолевающего поведения. Уровень профессионального мастерства («классность») коррелирует со шкалами ТЖ «принятие риска» и «контроль», отражающими наличие внутреннего контроля, стремления испытать себя и веру в свои способности достигать поставленные цели. Показатели соматического здоровья тесно связаны с признаками утомления, профессиональной мотивации (шкалой МВІ «редукция личных достижений») и «Импulsивностью» (шкала SACS) и семейным положением летчиков.

По итогам исследования можно сделать вывод, что профессионализм и жизнестойкость являются самостоятельными и в значительной степени независимыми группами ресурсов преодоления субъекта труда, работающего в экстремальных условиях среды. Конструктивность копинг-стратегий в данном случае выступает в качестве комплементарной переменной, тесно связанной как с жизнестойкостью, так и профессиональной компетентностью индивида.

Полученные в исследовании результаты могут быть учтены в ходе разработки комплекса психологических методик для обследования летчиков в рамках врачебно-летной комиссии.

## Литература

- Алдашева А. А.* Индивидуальные стратегии экологического поведения // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2014. № 3. С. 31–36.
- Анцыферова Л. И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–19.
- Бодров В. А.* Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: Пер Сэ, 2001.
- Бодров В. А., Зеленова М. Е., Лекалов А. А., Сиваш О. Н., Таяновский В. Ю.* Исследование профессионального здоровья летчиков в процессе клиничко-психологической экспертизы // Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики.



Вып. 4 / Под ред. В. А. Бодрова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. С. 381–415.

*Журавлев А. Л., Крюкова Т. Л., Сергиенко Е. А.* Основные направления психологических исследований совладающего поведения (вместо предисловия) // *Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы* / Под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. С. 7–19.

*Зеленова М. Е., Захаров А. В.* Выгорание и стресс в контексте профессионального здоровья военнослужащих // *Социальная психология и общество*. 2014. Т. 5. № 2. С. 50–70.

*Зеленова М. Е., Лекалов А. А., Костенко Е. В.* Диагностика психологического здоровья летчиков в практике врачебно-лётной экспертизы // *Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке*. 2016. № 3 (51). С. 114–121.

*Иванова Т. Ю., Леонтьев Д. А., Осин Е. Н., Рассказова Е. И., Кошелева Н. В.* Современные проблемы изучения личностных ресурсов в профессиональной деятельности // *Организационная психология*. 2018. Т. 8. № 1. С. 85–121.

*Пономаренко В. А.* Теоретические и экспериментальные данные о профилактике безопасности полета. М.: Когито-Центр, 2014.

*Постылякова Ю. В.* Ресурсы совладания со стрессом в разных видах профессиональной деятельности // *Психологический журнал*. 2005. Т. 26. № 3. С. 35–43.

## **Hardiness and coping strategies in the context of the diagnostics of professional health of pilots**

*M. E. Zelenova\**, *A. A. Lekalov\*\**, *V. S. Lim\*\**, *E. V. Kostenko\*\**

\* Institute of Psychology RAS, Moscow

\*\* Psychophysiological laboratory, Branch No. 1 FGKU “GVKG Burdenko MO RF”; Moscow

The article presents the results of empirical study aimed at identifying internal resources that help relieve stress and preserve the professional health of specialists engaged in extreme and dangerous types of work (for example, military pilots). The constructiveness of coping strategies, the level of professionalism and the characteristics of hardiness were considered as the resources for stress tolerance of specialists. The state of physical health was determined by the results of medical examination. The fullness of life stressful events and diagnostics of psychological well-being level (the presence of

signs of negative mental states) were carried out on the basis of standardized psychological tests. It was found that professionalism and hardiness were independent groups of coping resources of the subject of labor, working in extreme environmental conditions. The constructiveness of coping strategies in this case acts as complementary variable, which is closely related to both the hardiness and professional competence of the individual.

*Keywords:* stress, professional health, internal resources of coping, professionalism, constructive coping strategies, hardiness.