

**СЕКЦИЯ «ПСИХОЛОГИЯ»****ПОДСЕКЦИЯ №7 «ПСИХОЛОГИЯ РЕГУЛЯЦИИ ТРУДОВОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЗДОРОВЬЕ ПРОФЕССИОНАЛА»****Лонгитюдное исследование профессиональной идентичности молодых  
специалистов.***Гиниатуллина Елена Игоревна**аспирантка**Институт психологии Российской Академии Наук, Москва, Россия**E-mail: lyalya35@yandex.ru*

Основная составляющая успешной профессионализации личности является формирование профессиональной идентичности на этапе обучения в вузе (Шнейдер Л.Б.). Сформированная профессиональная идентичность позволяет личности быть более адаптивным в процессе профессионального становления, а также способствует большей способности совершать личностный выбор в критические периоды профессионального развития (Ермолаева Е.П.).

При обучении в вузе основная задача «дать студенту знания, умения и навыки» по выбранной профессии. Однако, не ставится специальная задача формирования профессиональной идентичности и профессиональной позиции. Это вызывает переживание ряда критических этапов, результатом которых является формирование профессиональной идентичности с получаемой профессией либо отторжение получаемой специальности. Мы считаем возможным такое понимание профессиональной идентичности поскольку по сути профессиональная идентификация – это процесс отождествления себя с профессией, процесс принятия и нахождения себя в выбранной профессии.

Нами было проведено лонгитюдное исследование, целью которого было выявление степени сформированности профессиональной идентичности по полученной специальности, а также мотивов испытуемых, почему в течение периода обучения в вузе не сформировалась профессиональная идентичность, насколько важна для испытуемых профессиональная самореализация, и какова значимость труда как общественного полезного занятия для испытуемых.

Мы предположили, что если у выпускника вуза уже сформирована профессиональная идентичность по полученной специальности, то он будет работать по профессии и будет пытаться самореализоваться в рамках полученной специальности, даже в условиях ограниченного выбора рабочих мест по данной профессии.

Первый этап исследования нами был проведен в апреле – мае 2005 года. Выборка составила 40 человек: студентов-психологов 4 и 5 курса очной формы обучения в вузе г.Магадана. Второй этап исследования был проведен в июле-октябре 2007 года. Выборка составила 12 человек, из тех, кто принимал участие в первом этапе.

В качестве метода мы использовали структурированное интервью. Данный способ изучения профессиональной идентичности нами был выбран не случайно: задавая вопросы, связанные с профессиональным развитием, мы обращались к рефлексии испытуемых, концентрируя их на анализе собственного профессионального пути и оценивании успешности данного профессионального этапа.

Индивидуальный анализ интервью позволил выделить следующие категории анализа:

- ведущая направленность в профессиональной деятельности,

- внутренние и внешние факторы смены места работы,
- мотивировка неуспеха в профессиональной адаптации по полученной специальности,
- модель хорошего специалиста психолога,
- уровень социальных притязаний,
- феномен отложенной жизни (явление характерное для удаленного и маленького региона).

Также в ходе анализа, мы обнаружили качественное различие между выпускникам вуза осуществляющими профессиональную деятельность в рамках полученной специальности в вузе и испытуемыми, начавшими профессиональную карьеру по другой специальности. Мы разделили выборку на 2 группы и назвали группу испытуемых работающих по специальности – «приверженцы», а группу испытуемых не работающих по специальности - «мигранты»

Предварительные результаты показали, что выпускники вуза, у которых уже сформирована профессиональная идентичность по полученной специальности, строят карьеру в рамках полученной профессии и удовлетворены профессиональными перспективами, даже в условиях достаточно ограниченного выбора рабочих мест в регионе. Выпускники вуза, у которых не сформирована профессиональная идентичность по полученной специальности, не видят возможностей для профессиональной самореализации в своем регионе и либо «уходят» в другую профессию либо переезжают в другие города с целью успешно трудоустроится.

#### Литература

- 1.Ермолаева Е. П. Психологические уровни субъективности как параметры профессиональной идентичности // Профессиональная пригодность: субъектно-деятельностный подход, по ред. В.А. Бодрова, Институт психологии РАН, 2004, С. – 390. С.43-54.
- 2.Зеер Э. Ф. Психология профессий. - М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003.-336с.
- 3.Пряжников Н. С. Пряжникова Е. Ю. Психология труда и человеческого достоинства. – М.: «Академия», 2001. – 480 с.
- 4.Шнейдер Л.Б. Профессиональная идентичность: теория, эксперимент, тренинг: Учеб. пособие. – М.: Издательство Московский психолого-социальный института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2004. – 600с.

#### **Психологические аспекты профессионального восприятия в автоматизированных информационных системах**

*Гонкало Екатерина Александровна*

*молодой ученый*

*Казанский государственный технический университет им. А.Н. Туполева, Казань,  
Россия*

*E-mail: g-katy@mail.ru*

Цель работы: выявление особенностей восприятия специалистов реализующих профессиональные функции в автоматизированных информационных системах.

Эмпирическое исследование заключается в оценке перцептивной составляющей профессиональной деятельности операторов автоматизированных информационных систем РС–банкинг. Решение задач по обозначенной проблеме осуществлялось посредством следующего методического аппарата: экспериментальное исследование объема зрительного восприятия осуществлялось по модифицированной методике Т.П.

Зинченко; точность идентификации зрительного стимула определялась по эталону памяти, а скорость обнаружения зрительного стимула выявлялась опытным путем (данные методики адаптированы к условиям профессиональной деятельности операторов РС-банкинга автоматизированной банковской системы); выявление индивидуальных особенностей восприятия по характеристике полезависимость-полнезависимость - тест «Включенные фигуры» К.Готтшальдта. В эксперименте приняло участие 170 испытуемых.

В результате исследования выявлено:

- Наибольшее количество операторов затрачивали на обнаружение указанной в инструкции информации от 2,0 до 3,0 с., а наименьшее количество операторов от 10,1 до 11,0 с. По результатам исследования установлено среднее время обнаружения зрительного стимула, которое составляет для испытуемых с высокой скоростью обнаружения - 3,77 с., а для испытуемых с низкой скоростью - 7,48. Также установлено, что показатели скорости обнаружения зрительного стимула операторов автоматизированных информационных систем имеют тенденцию к увеличению с ростом профессионального опыта работы и уровнем квалификации.
- Объем зрительного восприятия обусловлен уровнем квалификации, опытом профессиональной работы. По полученным результатам можно утверждать, что объем зрительного восприятия операторов автоматизированных информационных систем носит профессионально обусловленный характер. Предположение о том, что объем зрительного восприятия влияет на показатели решения перцептивных задач подтвердилось частично и установлено, что объем зрительного восприятия влияет на показатели точности идентификации зрительного стимула.

Анализ психологического содержания профессиональной деятельности операторов автоматизированных информационных систем и экспериментальное исследование перцептивной составляющей профессиональной деятельности позволяют сделать обоснованные выводы о том что, особенности восприятия обусловлены операционально-исполнительным составом профессиональной деятельности операторов автоматизированных информационных систем. Элементы автоматизированной информационной системы, используемые в деятельности оператором, при получении, преобразовании информации и пр., влияют на исследуемые параметры восприятия, а именно на объем зрительного восприятия и показатели решения перцептивных задач. Таким образом, развитие информационных технологий, расширение сфер их эксплуатации в банковской области предполагает формирование устойчивых психических новообразований, обусловленных воздействием и содержанием профессиональной деятельности. Применение автоматизированных информационных технологий упрощает профессиональные функции субъекта труда и, тем самым, способствует ускорению исполнительской части и увеличению производительности труда, приводит к изменениям психофизиологических процессов, а именно, характеристик перцептивной составляющей.

## **Влияние психологической совместимости на межличностные отношения курсантов**

*Красовская Анастасия Евгеньевна*

*аспирантка*

*Голицынский пограничный институт, Голицыно, Россия*

*E-mail: KiBra47@rambler.ru*

Важным направлением психологического сопровождения образовательного процесса в вузах пограничного профиля, является воздействие на социально-психологические явления в среде курсантов. Приоритетным направлением здесь

является оптимизация внутригрупповых межличностных отношений и комплектование групп с учетом психологической совместимости обучаемых.

Термин «психологическая совместимость» широко используется в научных источниках и повседневной жизнедеятельности людей.

Изучению психологической совместимости посвящены работы зарубежных: В. Шутца (1955, 1961), Т. Ньюкома (1963), М. Шоу (1971), В.В. Редди (1972), К. Франдсена и Л. Розенфельда (1973), и др. и отечественных: Ф.Д. Горбова и М.А. Новикова (1964, 1965), А.А. Леонова и В.И.Лебедева (1972, 1975), К.К. Платонова (1975), В.В. Федотова (1987), И.А. Марковского (1999), В.В. Ковалева (2002) и др. психологов.

В современной психологии все более актуальным становится изучение психологической совместимости как социально–психологического феномена, связанного с оптимальностью межличностного взаимодействия, удовлетворенностью внутригрупповым общением, эффективностью совместной деятельности.

Исследование данного феномена имеет важное практическое значение и позволяет подойти к решению проблемы оптимизации межличностных отношений, где особый интерес представляет изучение влияния индивидуально–психологических особенностей личности на ее совместимость с другими членами коллектива.

Большинство психологов понимают под психологической совместимостью способность членов группы к взаимному принятию, бесконфликтному общению, согласованию своих действий, оптимизации взаимоотношений в различных областях и видах совместной деятельности.

А.Л. Свенцицкий определяет совместимость как способность членов группы к совместной деятельности, основанную на их оптимальном сочетании. Она обусловлена как сходством каких-либо одних свойств членов группы, так и различием их других свойств.

С.Ю. Головин раскрывает понятие совместимости через понятие групповой и межличностной совместимости.

Групповая совместимость – социально-психологический показатель сплоченности группы, отражающий возможность бесконфликтного общения и согласованности действий ее членов в условиях совместной деятельности.

Под межличностной совместимостью он понимает взаимное приятие партнеров по общению и совместной деятельности, основанное на оптимальном сочетании – сходстве или взаимодополнительности – ценностных ориентаций, социальных установок, интересов, мотивов, потребностей, характеров, темпераментов, темпа и ритма психофизиологических реакций и др. значимых для межличностного взаимодействия индивидуально – психологических характеристик.

Психологическая совместимость остается одним из перспективных направлений в изучении межличностных отношений.

Межличностные отношения – более или менее устойчивые отношения между людьми, основанные на личном знании друг друга, взаимных аттитюдах и социальных эмоциях (межличностной аттракции, симпатии или антипатии, ревности, зависти и т. п.), совместных формах деятельности.

На совместимость в межличностных отношениях влияют темпераментальные и типологические особенности членов учебной группы.

Диагностика свойств «предметно-деятельностного» и «коммуникативного» аспектов темперамента изучалась по методике В.М. Русалова ОСТ (Опросник структуры темперамента).

Исследование преобладающего типа отношений к людям в самооценке и взаимооценке, базировалось на методике диагностики межличностных отношений Т. Лири.

Проделанный корреляционный анализ выявил положительную корреляцию между следующими шкалами у курсантов психологов: эгоистический – авторитарный (0.50 при  $p < 0.05$ ); агрессивный – авторитарный (0.64); агрессивный – эгоистический (0.69); подозрительный агрессивный (0.73); альтруистический – дружелюбный (0.53); социальный темп – темп (0.52). Согласно полученным данным, авторитетный тип отношений с окружающими, влияет на агрессивность, эгоистичность и подозрительность членов группы к другим людям. Потребность в освоении предметного мира связана с легкостью у курсантов переключаться с одного предмета на другой. Быстрота осуществления моторно–двигательных актов при выполнении предметной деятельности влияет на характеристики речедвигательных актов в процессе общения.

У курсантов юристов более выражена зависимость по показателям пластичность – эргичность (0.56 при  $p < 0.05$ ); темп – пластичность (0.54); социальный темп – темп (0.53) зависимый – подчиняемый (0.68); дружелюбный – зависимый (0.58); альтруистический – дружелюбный (0.56) а также темп – социальная эргичность (0.59), то есть проявляется зависимость уровня потребностей в социальных контактах и стремления к лидерству от быстроты моторно–двигательных актов при выполнении предметной деятельности (у курсантов психологов данная зависимость не проявляется).

В целях выявления типологических особенностей личности была использована методика К. Юнга (Психологическая типология личности).

Корреляционный анализ показал, что такой тип личности, как интроверсия, связан со следующими шкалами: интроверсия – пластичность (0.63 при  $p < 0.05$ ); интроверсия – социальная пластичность (0.48); интроверсия – темп (0.81) у курсантов психологов и интроверсия – социальная пластичность (0.69); интроверсия – эмоциональность (0.56) у курсантов юристов. То есть, интроверсия влияет на легкость переключения в процессе общения от одного человека к другому, склонность к разнообразию коммуникативных программ и быстроту моторно–двигательных актов при выполнении предметной деятельности, а у курсантов юристов выявлено влияние типа личности и на эмоциональность, оценивающую чувствительность к неудачам в работе.

Таким образом, полученные результаты позволяют утверждать, что темпераментальные особенности личности влияют на тип отношения с окружающими и с учетом психологической совместимости курсантов можно оптимизировать межличностные отношения в учебной группе.

Прогнозирование психологической совместимости при комплектовании учебных групп позволит скорректировать вероятные затруднения в межличностных отношениях курсантов и, возможно, повысить эффективность учебной деятельности в пограничных институтах.

### Литература

1. Мещеряков Б.Г. (2007) Психология. Тематический словарь // СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2007.
2. Поддубный С.Е. (2001) Индивидуально-психологические факторы совместимости личности и малой группы: Дис. ... канд. психол. наук. // М.: 2001.
3. Словарь практического психолога. Сост. С.Ю. Головин. // Минск: Харвест, 1998.

**Диагностика временных характеристик действий у спортсменок сборной РФ по дзюдо<sup>1</sup>**

**Леонов Сергей Владимирович**  
*аспирант*

---

<sup>1</sup> Работа поддержана грантом РГНФ, проект № 06-06-00205а.

*Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Москва, Россия*  
*E-mail: svleonov@gmail.com*

Чувство времени, точность переживания длительности временных интервалов неразрывно связано с эффективностью профессиональной деятельности человека (Геллерштейн, 1958; Фресс, 1978; Элькин, 1962; Цуканов, 2000; Стрелков, 2001, Корягина, Вернер, 2004; Широкая, 2006).

В работах, посвященных данной проблематике показано, что умение профессионала оперировать длительностями от 120 мс до 60 секунд значительно улучшает результаты в управлении скоростными действиями, «в частности латентным временем простой двигательной реакции» (Геллерштейн, 1958).

По данным Цуканова Б.И. (Цуканов, 2000), особенность переживания времени обуславливается величиной собственной единицы времени, которая также определяет темпоральную специфику движений человека.

Некоторые авторы используют термин психологические часы (Кроник, Головаха, 1984.), подразумевая, что индивид обладает неким таймером (Wearden, 2007) – аналогом физических часов, который отсчитывает импульсы с определенной частотой и с индивидуальной точностью. Этим и объясняется факт, что одни люди успешнее других ориентируются во времени. В работе Цуканова Б.И., в дальнейшем Беспалова Б.И., Леонова С.В., показано, что помимо точности часов следует выделять и такой показатель, как их устойчивость (Беспалов Б.И., Леонов С.В., 2007).

Для определения точности и устойчивости восприятия времени человеком применяются методы отмеривания, оценивания, воспроизведения, сравнения временных интервалов.

Механизм работы психологических часов в задачах оценивания, отмеривания состоит в подсчете длительности событий с помощью субъективных единиц счета. Точность хода таких часов (их отклонение от показаний физических часов) определяется средним значением абсолютной ошибки оценивания или отмеривания длительности, а устойчивость хода можно оценить по дисперсии и ре-тестовой надежности таких ошибок. Ввиду того, что физическая длительность субъективных единиц счета лабильна и зависит от состояния человека, его тренированности, условий решения задач и пр., то точность и устойчивость хода психологических часов в задачах субъективного оценивания и отмеривания длительности, по данным Б.И. Цуканова и других авторов, довольно низкая, что следует учитывать при использовании этих показателей в психодиагностических целях.

Для исследования особенностей темпоральной перцепции человека был разработан прибор - «Хроноскоп 2006» (Беспалов, Стрелков, 2006), на котором реализованы, в частности, методики оценивания, отмеривания и воспроизведения временных интервалов, задаваемых звуковыми и/или световыми сигналами, диагностика времени реакции, определение порядка световых и звуковых стимулов.

С помощью приборов «Хроноскоп 2006», «Активациометр-Ац9» (Цагарелли Ю.А., 2004) было проведено комплексное психодиагностическое исследование спортсменок из женской сборной России по дзюдо (Беспалов Б.И., Леонов С.В.).

Практическая задача данной работы состояла в построении для каждого спортсмена интегрального психодиагностического профиля, по которому можно судить о состоянии психомоторной и эмоциональной сферы спортсмена, о характеристиках его темперамента, о временной перспективе личности.

Также решалась исследовательская задача, которая заключалась в выявлении тех специфических методик, тестовых заданий которые были бы релевантны профессиональной деятельности спортсмена-дзюдоиста.

В исследовании приняло участие 11 спортсменов женской сборной команды России по дзюдо. С каждой спортсменкой было проведено 3 бланковых и 8 инструментальных тестов:

- Воспроизведение Длительности Стимулов (ВДС) (Хроноскоп 2006)
- Диагностика чувства времени спортсменом (Хроноскоп 2006)
- Диагностика ведущей руки спортсмена (Активациометр АЦ 9).
- Диагностика силы-слабости нервной системы (Активациометр АЦ 9).
- Диагностика функциональной асимметрии полушарий головного мозга (Активациометр АЦ 9).

Диагностика психоэмоционального состояния по активации полушарий головного мозга (Активациометр АЦ 9).

- Координация движений рук (Активациометр АЦ 9).
- Реакция на движущийся объект (Активациометр АЦ 9).
- Временная перспектива личности (опросник Ф.Зимбардо).
- Психологический возраст (опросник Головаха, Кроник).
- Павловский Опросник Темперамента (опросник Я. Стреляу)

Также с каждым спортсменом и его тренером проводилось интервью, в ходе которого выяснялись особенности ведения поединка дзюдоистом, его сильные и слабые стороны, наиболее значимые проблемы, с которыми сталкиваются борцы в ходе тренировочной программы.

Результаты исследования показали, что наиболее актуальными методиками для спортсменов-дзюдоистов оказались «Диагностика чувства времени спортсменов», «Координация движения рук». Практически все спортсмены отметили актуальность заданий для их профессиональной деятельности и выразили желание потренироваться именно в прохождении инструментальных тестов, связанных с темпоральной перцепции. Это, по их мнению, будет способствовать улучшению выполнения профессионально важных действий, поможет осознать чувство темпа и ритма ведения поединка.

### Литература

1. Геллерштейн С.Г. Чувство времени и скорость двигательной реакции, М. 1958.
2. Головаха Е.И., Кроник А.А. Понятие психологического времени // Категории материалистической диалектики в психологии. — М.: Наука, 1988.
3. Корягина, Вернер Особенности временных характеристик у занимающихся различными видами спорта // «Теория и практика физической культуры» - М., 12-2004.
4. Стрелков Ю.К., Инженерная и профессиональная психология, М. 2001.
5. Фресс П. Восприятие и оценка времени// П.Фресс, Ж. Пиаже. Экспериментальная психология. — М.: Прогресс, 1978.
6. Цуканов Б.И. Время в психике человека. Одесса "Астро Принт" 2000.
7. Широкая М.Ю., канд. дис. «Динамика субъективной оценки временных интервалов в профессиональной деятельности», М. 2006.
8. Элькин Д.Г. Восприятие времени — М.: АПН РСФСР, 1962.

### **Динамика психических состояний курсантов (на примере одного из вузов пограничного профиля)**

***Лысенко Юлия Николаевна***

*аспирантка*

*Голицынский пограничный институт, Голицыно, Россия*

*E-mail: gpinio@bk.ru*

### Введение

Результаты теоретического анализа существующих подходов исследования динамики психических состояний позволили объединить их в два направления: 1) психические состояния как относительно устойчивые явления психики (статический подход) (Прохоров А.О., Маклаков А.Г.); 2) психические состояния как временная характеристика психики человека (динамический подход) (Куликов Л.В., Еникеев М.И., Барабанщиков А.В., Левитов Н.Д., Марищук В.Л.).

В контексте данной статьи наиболее близок автору динамический подход. В русле данного подхода динамику психических состояний курсантов представляется возможным рассматривать в совокупности проявлений как доминирующих, так и актуальных психических состояний. Однако с точки зрения реальной педагогической практики и возможностей современного арсенала методических средств психологии актуальные психические состояния в большей степени поддаются диагностике и оптимизации. Поэтому в рамках данной статьи представляется целесообразным сделать основной акцент на изучении динамики актуальных психических состояний курсантов образовательного учреждения пограничного профиля.

Исходя из вышеизложенных теоретических представлений, цель настоящего исследования состоит в изучении динамики актуальных психических состояний курсантов, детерминированной периодом обучения.

### Методика

В исследовании принимали участие 150 курсантов мужского пола в возрасте от 17 до 22 лет, 50 преподавателей мужского и женского пола от 22 до 45 лет, состоящих на военной службе и проходящих службу по гражданскому контракту.

Исследование проходило с февраля по декабрь 2007 года в 2 этапа. На первом этапе с помощью анкеты, разработанной автором, была получена общая информация о типичных психических состояниях курсантов и их динамике. В качестве респондентов на данном этапе выступали преподаватели и курсанты с 1 по 5 курс. На втором этапе для оценки динамики психических состояний курсантов в течение семестра применялась методика «Дифференцированная самооценка функционального состояния» В.А.Доскина, Н.А.Лаврентьева, М.П.Мирошникова, В.Б.Шарай (1973) [3]. Кроме того, на этапе исследования применялись методы включенного скрытого наблюдения, беседы, анализ результатов деятельности.

### Результаты

Результаты исследования показывают, что у курсантов на всех пяти курсах преобладают положительные психические состояния, но их доля в общем спектре психических состояний значительно варьируется от курсу к курсу. Так, для первого курса наиболее типичны положительные психические состояния интеллектуальной и волевой группы: интерес, решительность, готовность, подъем. При наименьшем количестве отрицательных психических состояний деятельности и интеллектуальной группы: неудовлетворенность, напряжение. Напротив, психическое состояние курсантов 4 курса по сравнению с другими курсами обучения характеризуется максимальным количеством отрицательных психических состояний: безразличие, скука, недовольство, монотония (см.рис.1).

Сравнение показателей психических состояний позволяет говорить о тенденции снижения к «выпусному» курсу числа позитивных психических состояний (интерес, подъем, готовность, сосредоточенность) и соответственно к увеличению числа негативных (скука, безразличие, агрессия, недовольство) с незначительным понижением на 5 курсе.



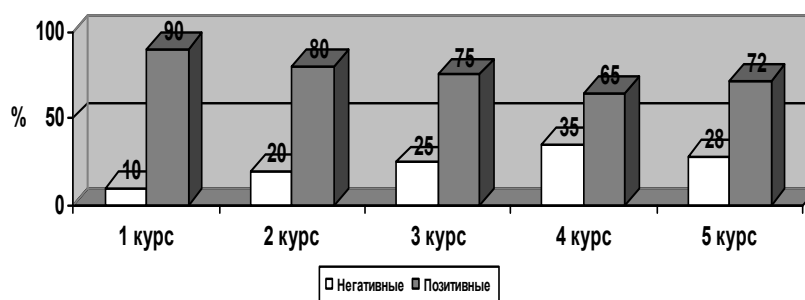


Рис.1. Динамика психических состояний курсантов различной полярности

В ходе исследования установлено, что доминирование определенных психических состояний курсантов (в частности негативных) меняется не только от курса к курсу, но и в течение года, недели, учебного дня и даже в рамках одного учебного занятия.

Так, наибольшее количество негативных психических состояний наблюдается у курсантов в начале учебных периодов (учебного года, учебной недели, учебного дня, учебного занятия). Особенно эта тенденция характерна для недельного и суточного цикла, то есть всплеск негативных психических состояний приходится на начало учебной недели и утро.

Согласно полученным данным, количество негативных и позитивных психических состояний курсантов в начале и конце года примерно одинаково. Вместе с тем, при более детальной градации семестра тремя срезами (N=150 курсантов (по 30 человек с каждого курса обучения) с периодом ретестирования: 1- август-сентябрь, 2- октябрь-ноябрь, 3- декабрь-январь выявлены более существенные изменения в графике проявлений психических состояний курсантов. Так, зафиксирован выраженный рост показателей по факторам «Настроение» (от 4,2 до 5,8 баллов), «Самочувствие» (от 5 до 5,5 баллов), что предположительно может быть обусловлено ожиданием приближающегося отпуска и окончания обучения в первом семестре, а также повышение по фактору «Активность» (от 4,1 до 4,9 баллов), что предположительно может быть обусловлено повышенной интеллектуальной работой при сдаче сессии. Кроме того, правомерно говорить о действии на курсанта эффекта конечного порыва.

#### Выводы

В ходе исследования выявлена зависимость динамики психических состояний курсантов от временных периодов обучения. Установлено, что количество негативных психических состояний возрастает в начале учебных периодов, причем особенно значительное их доминирование отмечается в начале учебной недели и утром.

Сравнение показателей психических состояний позволяет говорить о тенденции снижения к «выпусному» курсу числа позитивных психических состояний (интерес, подъем, готовность, сосредоточенность) и соответственно к увеличению числа негативных (скука, безразличие, агрессия, недовольство) с незначительным понижением на 5 курсе.

Выяснилось, что показатели активности и настроения курсантов повышаются от начала к концу семестра.

#### Литература

1. Гапонова С.А. Функциональные состояния студентов: Дис.докт.псих.наук.-Ростов: 2001, - С.60.

3. Доскин В.А., Лаврентьев Н.А., Мирошников М.П., Шарай В.Б. Тест дифференцированной самооценки функционального состояния// Вопросы психологии. 1973. №6.-С.14-17.

### **Стресс в профессиональной деятельности учителя**

**Макарова Ульяна**

*студентка*

*Якутский государственный университет им. М.К. Амосова, Россия*

*E-mail: butterfly-gerl@yandex.ru*

Профессия учителя сложна. А профессия современного учителя - тем более. Жизнь в условиях постоянного городского и школьного стресса, усложняет профессиональную работу учителя. Являясь частью жизни каждого, стрессы неизбежны. Изменения на работе и в семье, особенно непредвиденные, могут вывести человека из равновесия, привести к несоответствию его состояния окружающей обстановке. Такое несоответствие, в свою очередь, порождает утомление, повышенную тревожность, ослабление умственных способностей, рост кровяного давления, пассивное отношение к работе, снижение уровня организованности, нарушения трудовой дисциплины и т.п.. Кроме того, стресс может способствовать эмоциональному выгоранию учителя. Исследование факторов стресса в профессиональной деятельности преподавателей является актуальным и в аспекте социальной значимости, так как знания особенностей проявления стресса могут быть использованы в профилактике эмоционального выгорания учителей, в гармонизации взаимоотношений между участниками образовательного процесса, а именно во взаимодействии «педагог-ученик». Если же учитывать, что профессиональная деятельность учителя, помимо обучения, направлена так же на формирование адекватного мировоззрения и моральных норм учащихся, очевидно, что все вышеперечисленные факторы, непосредственно сказываются на уровне образования будущих поколений.

Целью исследования является изучение стресса в профессиональной деятельности учителей средних общеобразовательных школ. Объектом исследования выступили учителя средних общеобразовательных школ г. Якутска (общее количество 60 человек: 20 – СОШ №33, 20 – СОШ №31, 20 – ЯГЛ). Предметом исследования является зависимость стрессоустойчивости учителей от их уровня тревожности и эмоционального выгорания. Были выделены следующие гипотезы: Чем ниже уровень эмоционального выгорания, тем выше стрессоустойчивость; Стрессоустойчивость зависит от уровня личностной тревожности; Ситуативная тревожность зависит от уровня стрессоустойчивости. Для подтверждения гипотез были использованы следующие методики: Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге; Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В.Бойко; Шкала ситуативной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера – Ю.Л. Ханина.

Обобщая все полученные данные, и возвращаясь к гипотезам, выдвинутым в начале исследования, можно сделать вывод о том, что статистическое подтверждение нашла только гипотеза о том что «Чем ниже уровень эмоционального выгорания, тем выше стрессоустойчивость». Две другие гипотезы, о наличии зависимости стрессоустойчивости от уровня личностной тревожности, и ситуативной тревожности от уровня стрессоустойчивости, в ходе математической обработки были отвергнуты.

Учитель играет немаловажную роль в воспитании достойных членов общества, способных сделать наш мир еще лучше. Поэтому, в интересах всего общества – изучать, а затем устранять, или сводить к минимуму, факторы способные отрицательно влиять на физическое и психическое здоровье учителей, а соответственно - на качество

образования и дальнейшее развитие, этого самого, общества. Одним из таких факторов является стресс. Понятия стресс и стрессоустойчивость, в изучении профессиональной деятельности учителя, занимают далеко не последнее место. Их более детальное исследование, позволит, в какой то мере, регулировать факторы, влияющие на психическое здоровье учителей, а соответственно на эффективность педагогической деятельности, уровень образования. Данная работа направлена на исследование зависимости стрессоустойчивости учителей от таких показателей, как - уровень тревожности и эмоциональное выгорание. Целью проведенного исследования является изучение стресса в профессиональной деятельности учителей средних общеобразовательных школ. Полученные результаты, являются лишь малой толикой в изучении этой проблемы. Из трех выдвинутых в начале исследования гипотез, математическое подтверждение нашла лишь одна – о том, что чем ниже уровень эмоционального выгорания, тем выше стрессоустойчивость. Основанные на теории предположения, о наличии зависимости стрессоустойчивости от уровня личностной тревожности, и ситуативной тревожности от уровня стрессоустойчивости, в ходе математической обработки были отвергнуты. Вполне вероятно, что это может являться следствием недостаточной репрезентативности выборок.

### **Литература**

1. Анцыферова Л.И. Психологические закономерности развития личности взрослого человека и проблема непрерывного образования. Психологический журнал 1980 №2.
2. Захарова Л.Н., Сергеук П.И., Кузьмина М.П. Тревога, эмоциональная напряженность и стресс в профессиональной деятельности учителя // Психология человека в условиях социальной нестабильности / Под ред. Б.А. Сосновского. – М., 1994.
3. Леонова А. Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса // Вестник МГУ, Сер. 14 "Психология", 2000, № 3.
4. Макаревич Р.А. Влияние психической напряженности на процесс общения учителя с учащимися // Психология учителя: Тезисы докладов к VII Всесоюзному съезду общества психологов СССР. М., 1989.
5. Маркова А.К. Психология труда учителя. М., 1993.
6. Реан А.А., Баранов А.А. Факторы стрессоустойчивости учителей // Вопросы психологии 1997. № 1. С. 45-54.
7. Свириденко Е.И. Коммуникативный стресс в жизни педагога. Изд. ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002.
8. Субботин С.В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристики метаиндивидуальности учителя: Канад. дис. Пермь, 1992.
9. Чудновский В.Э. Личностная модель труда учителя. Вопросы психологии 1999 №2.

### **Соотношение психологического и физического здоровье спортсменов на примере единоборств**

***Мелкова Анна Валерьевна***

*студентка*

*Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, Великие Луки, Россия*

*E-mail: a\_melkova@mail.ru*

В современной жизни человечества трудно найти более распространенную сферу социальной активности и такое многофункциональное явление, как спорт. Заклучая в себе, прежде всего гуманистические функции, благородное духовное содержание и т.п., современный спорт, тем не менее, не лишен и ряда негативных тенденций в своем

развитии. Может показаться парадоксальным, но основная негативная черта большого спорта - постоянное стремление к росту спортивных результатов. Уровень рекордов сегодня давно превысил возможности человеческого организма, и новые достижения могут быть реализованы либо за счет увеличения тренировочных нагрузок, либо применения допинговых препаратов. И тот, и другой путь опасен для здоровья спортсменов. Наряду с этим не менее остро стоит проблема психологического здоровья спортсменов. Прямо пропорционально росту спортивных результатов возникает всё большая опасность возникновения отклонений либо в физическом, либо в психологическом здоровье спортсмена.

Целью исследования было выявление особенностей проявления показателей физического и психологического здоровья у спортсменов-единоборцев высокой квалификации.

В качестве испытуемых выступили спортсмены – единоборцы высокой квалификации (n=18; 10- КМС, 8 – МС). Исследование проводилось на базе Великолукской государственной академии физической культуры.

Для проведения исследования были использованы следующие методики: самооценки своего физического здоровья (Г.С. Никифоров), компьютерный тест Люшера, методика диагностики уровня невротизации Л.И. Вассермана, опросник измерения уровня агрессии Басса-Дарки, методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейна в модификации А.М. Прихожан.

При оценке своего физического самочувствия спортсменами - единоборцами было выявлено, что 88% респондентов чаще всего находятся в бодром (активном состоянии), плохо себя чувствуют довольно редко; оставшиеся 12% испытывают чувство апатии, усталости, данное состояние у них преобладающее.

Свою физическую активность как высокую оценили 37% респондентов, 63% считают её средней. Полученные данные можно объяснить тем, что для большинства спортсменов-единоборцев данная физическая активность не является непосильной (то есть чрезмерно высокой).

Исследуя степень переносимости физических нагрузок, мы выяснили, что большинство - 75 % переносят нагрузки без особых усилий (легко, без напряжения); 12% спортсменов-единоборцев быстро утомляются и оставшиеся 13 % физические нагрузки переносят крайне тяжело, долго восстанавливаются после них.

Половина респондентов при исследовании указали, что болеют редко (не чаще одного раза в год), 13% не более двух раз за сезон, 37 % респондентов болеют часто (не менее одного раза в месяц).

При итоговой оценке своего физического состояния спортсменами мы получили следующие результаты: 13 % респондентов говорят об отличном физическом состоянии (физическом здоровье) в целом, 75 % считают своё физическое здоровье хорошим («не хуже и не лучше чем у остальных»), затруднились ответить 12% респондентов.

Таким образом, можно говорить о том, что, в общем, физическое состояние (здоровье) у спортсменов-единоборцев высокой квалификации находится на уровне нормы, жалоб есть, но они не имеют массового характера.

При изучении показателей психологического здоровья спортсменов было выявлено, что большинство респондентов 80% испытывают состояние эмоциональной нестабильности, напряжённости, беспокойства, тревожности, оставшиеся 20% достаточно эмоционально устойчивы, независимы, легки в общении.

При изучении бессознательных эмоционально-мотивационных установок нами было выявлено, что 83% спортсменов-единоборцев склонны к мечтательности; испытывают сильное стремление к релаксации и идиллической гармонии 88%; чувство одиночества присуще 45% респондентов; инфантильны 66% исследуемых.

Для большинства спортсменов-единоборцев (56%) характерен высокий уровень враждебности и негативизма. При изучении агрессии было выявлено, что уровень косвенной, физической и вербальной агрессии превышает норму у всех спортсменов. Чувство вины испытывают 66% респондентов.

При исследовании самооценки были получены следующие результаты: 92% имеют завышенный уровень при оценке своего характера, 8% имеют адекватную самооценку по этому критерию. При определении своих умственных способностей было выявлено, что 53% спортсменов имеют завышенный уровень, 30% адекватный, 46% заниженный. Отметим также, что при оценке своих достижений в спорте, было выявлено, что 46% имеют завышенную самооценку, 8% адекватную, 46% заниженную. При комплексном исследовании самооценки спортсменов-единоборцев высокой квалификации мы выяснили, что 86% исследуемых имеют завышенную самооценку, оставшиеся 14% адекватную.

Таким образом, показатели физического и психического здоровья у спортсменов-единоборцев высокой квалификации разнятся. Показатели физического здоровья находятся в рамках нормы, а показатели психологического здоровья по ряду факторов имеют отклонения. Большинство спортсменов испытывают неудовлетворённость жизнью, раздражительны, тревожны, склонны к враждебности и агрессии в различных формах её проявления, зачастую испытывают чувство вины, инфантильны, склонны к неадекватно завышенной самооценке своих качеств и достижений, испытывают чувство одиночества, самолюбивы, пессимистичны.

#### Литература

1. Никифоров Г.С. (2006) Психология здоровья// СПб: Питер.
2. Волков И.П. (2002) Практикум по спортивной психологии// СПб.: Питер.
3. Айзенк Г., Вильсон Г. (2000) Как измерить личность// М.: Когнито-Центр.
4. Сурков Е.Н. (1996) Психология спорта в терминах, понятиях, междисциплинарных связях// СПб.: СПбГАФК им. Лесгафта
5. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике// СПб.: Питер.
6. Ананьев В.А. (1998) Введение в психологию здоровья// СПб.
7. Брехман И.И. (1990) Валеология – наука о здоровье// М.
8. Гурвич И.Н. (1990) Социальная психология здоровья// СПб.

#### Разработка адаптированной версии психодиагностической системы для оценки индивидуального уровня стресс - резистентности

*Наумова Наталья Николаевна*

*студентка*

*Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Москва, Россия*

*E-mail: n\_naumova06@mail.ru*

#### Введение

Жизнедеятельность человека в социально-экономических условиях современного общества неразрывно связана с интенсивным воздействием на него неблагоприятных экологических, политических, социальных, профессиональных и других факторов, которые требуют актуализации внутренних ресурсов индивида с целью адаптации к напряженным или стрессогенным ситуациям. В связи с этим все большее значение приобретает проблема психической устойчивости и успешности адаптации человека к разнообразным жизненным затруднениям.

Теоретический анализ литературы по данной тематике свидетельствует о том, что предметом достаточно многочисленных исследований служили лишь отдельные детерминанты, проявления и последствия индивидуальной устойчивости к стрессу. Комплексных исследований стресс-резистентности как целостного свойства, основанного на взаимодействии многих уровней регуляции и обуславливающего сопротивляемость неблагоприятным условиям, практически не существует. В связи с этим важным представляется подготовка адекватного диагностического инструментария, позволяющего проводить качественную и своевременную диагностику данного психологического феномена.

Единая диагностико-превентивная система, разработанная А.Б.Леоновой и сотрудниками лаборатории психологии труда факультета психологии МГУ, носит комплексный характер и направлена на оценку индивидуальной предрасположенности к стрессу с точки зрения соотношения диспозиционных личностных качеств и актуального психоэмоционального состояния человека. Концептуальной базой для оценки психоэмоционального статуса стала парадигма «состояние-устойчивая черта». Однако, комплексная система индивидуальной оценки стресс-резистентности носит довольно громоздкий и невысокоспециализированный характер. Вследствие этого, крайне целесообразным является разработка диагностически чувствительных, компактных и информативных средств, направленных на оценку индивидуальной устойчивости к стрессу.

#### Методическое обеспечение и организация исследования

В соответствии с поставленными целями и задачами была проведена систематическая работа по валидации комплекса разрабатываемых методик, составляющих основу диагностико-превентивной системы «Индивидуальная оценка стресс-резистентности», подготовленной в рамках выполнения научно-исследовательских работ по грантам Министерства здравоохранения РФ и научного фонда РГНФ2 (Величковский и Марьин, 2007; Леонова и др., 2004). Внимание акцентировалось на основном блоке диагностических методик комплексной системы, соответствующих базовым компонентам индивидуальной устойчивости к стрессу, описываемой с помощью модели «состояние-устойчивая черта».

Подготовка модифицированных вариантов основных психодиагностических методик для оценки индивидуальной устойчивости к стрессу, а также их последующая валидация и стандартизация осуществлялась с помощью метода «контрастных групп». Для проведения данной работы использовались массивы данных, собранных на группах респондентов с априорно разной стресс-резистентностью. В состав выборки вошли: студенты вузов г.Москвы; различные контингенты сотрудников МВД РФ, которые по данным экспертной оценки обладали разной надежностью деятельности, и пациенты ряда психосоматических клиник г.Москвы, госпитализированных с диагнозом вегето-сосудистая дистония.

#### Заключение и выводы

В настоящей работе была предпринята попытка разработки компактных и информативных психодиагностических средств для оценки индивидуального уровня стресс-резистентности. Проведенное исследование состояло в реализации ряда последовательных этапов, начиная с отбора чувствительных и информативных

---

<sup>2</sup> Комплексная НИР «Функциональные резервы и стресс-резистентность» по гранту №01-2003 Министерства здравоохранения РФ (2003-2004 г.г.); грант РГНФ «Психологический анализ механизмов индивидуальной устойчивости к стрессу и средств повышения стресс-резистентности» №05-06-06381а (2005-2007 г.г.).

признаков и заканчивая процедурой психометрической апробации методик и оценки ее валидности.

На основании полученных в ходе исследования результатов, представляется возможным сделать следующие выводы:

Сокращенные стандартизованные формы методик – унифицированные методики для оценки проявлений тревожности, гнева, депрессии и дискомфорта состояния обладают достаточно высокой диагностической чувствительностью по отношению к группам лиц, обладающих априорно разным уровнем устойчивости к стрессу.

Структура разработанных психодиагностических методик соответствует их оригинальным вариантам – стандартизованным русскоязычным версиям тестов.

Сокращенные варианты адаптированных методик удовлетворяют требованиям надежности-согласованности и обладают достаточно хорошей конструктивной и содержательной валидностью.

Таким образом, можно заключить, что подготовленные сокращенные версии методик удовлетворяют психодиагностическим требованиям и пригодны для использования в прикладных условиях.

### Литература

1. Величковский Б.Б., Марьин М.И. Комплексная диагностика индивидуальной устойчивости к стрессу в рамках модели «состояние-устойчивая черта» // Вестник МГУ. Серия 14. Психология.-2007.-№2.-С. 34-46
2. Леонова А.Б., Кузнецова А.С., Абдуллаева М.М., Капица М.С., Величковский Б.Б., Качина А.А. Итоговый отчет по НИР «Функциональные резервы и стресс-резистентность» по гранту №01-2003 Министерства здравоохранения РФ.-М.: НИИ нормальной физиологии им. П.К.Анохина, 2004-68 с.

### **Психологическая безопасность как детерминанта личностного развития и самоорганизация деятельности (на примере студентов первого курса)**

*Нос Елена Юрьевна<sup>3</sup>*

*студентка*

*Томский государственный университет, Томск, Россия*

*E-mail: nelena87@rambler.ru*

#### Введение

Некоторые психологи обращают внимание на связь между переживанием человеком психологической безопасности и вероятностью достижения им жизненных целей, защищенностью интересов, позиций, идеалов и ценностей, с которыми он отождествляет свою жизнь. Кроме того, важным представлением о психологической безопасности является ее понимание как одной из ведущих детерминант личностного развития [1, 2].

В свою очередь, развитие биологических систем, в том числе и человека, тесно связано с феноменом самоорганизации [3]. Очевидно, что качество этой самоорганизации проявляется в процессе взаимодействия человека с окружающим миром, в процессе его деятельности по преобразованию этого мира, направленной на достижение значимых для него целей. Однако готовность человека к деятельности, с нашей точки зрения, зависит от системы его базисных убеждений относительно позитивной или негативной природы мира и убежденности в силе собственного «Я».

---

<sup>3</sup> Автор выражает признательность профессору, д-ру психол. наук Богомазу С.А. за помощь в подготовке тезисов.

Вместе с тем, эти базисные убеждения, по мнению американского психолога Р. Янов-Бульман, являются компонентами психологического благополучия. Можно предположить, что развитие молодых людей в условиях, способствующих переживанию ими психологического благополучия, может обеспечивать их готовность к деятельности и способствовать формированию у них склонности к самоорганизации деятельности.

#### Методы

В связи с этим представлялось актуальным провести эмпирическую оценку гипотезы о взаимосвязи параметров психологического благополучия и показателей способности к самоорганизации деятельности. Проверка этой гипотезы была осуществлена на примере студентов ( $n=54$ ) первого курса психологического факультета Томского государственного университета. Психодиагностическое исследование проводилось с помощью Шкалы базисных убеждений (ШБУ, Р. Янов-Бульман) и Опросника самоорганизации деятельности (ОСД, Мандрикова Е.Ю.)

#### Результаты

Результаты статистической обработки психодиагностических данных показали, что средние значения всех параметров, оценивающих переживание психологического благополучия и способность к самоорганизации деятельности, у студентов первого курса находятся в пределах нормативных значений.

Корреляционный анализ психодиагностических данных позволил выявить, что в выборке молодых людей имеются значимые положительные связи между показателями «благосклонность мира» и «ценность собственного «Я» ШБУ, с одной стороны, и показателем «Целеустремленность» ОСД, с другой стороны ( $r=0,402$ ;  $p=0,003$  и  $r=0,401$ ;  $p=0,003$ , соответственно).

Шкала «Целеустремленность» ОСД измеряет чувство цели в жизни субъекта и стремление к достижению этой цели. Высокие баллы по данной шкале характеризуют целеустремленного и целенаправленного человека, который знает, чего он хочет и к чему стремится, и идет по направлению к этим целям. Низкие баллы по этой шкале соответственно характеризуют человека, который не видит перед собой целей и которому не к чему стремиться. Полученные нами корреляции свидетельствуют в пользу того, что убежденность молодых людей в благосклонности мира и в ценности собственного «Я», которые являются компонентами психологического благополучия, могут способствовать определению ими целей в будущей жизни и поддержанию у них высокого уровня целеустремленности.

Также в ходе корреляционного анализа была выявлена значимая положительная связь между показателем «ценность собственного Я» ШБУ и показателем «ориентация на настоящее» ОСД ( $r=0,384$ ;  $p=0,004$ ).

Высокие баллы по шкале «Ориентация на настоящее» говорят о том, что человек сконцентрирован на происходящем с ним в данный момент. Низкие баллы по данной шкале описывают человека, не имеющего четко выраженной концентрации на настоящем, принимающего во внимание и другие аспекты человеческого бытия во времени. На основе выявленной корреляции можно предположить, что убежденность первокурсников в ценности собственного Я может способствовать их ориентации на настоящее.

Автор Опросника самоорганизации деятельности отмечает, что высокие баллы по шкалам «Целеустремленность», а также ориентация на настоящее являются позитивными аспектами жизни человека, делают его более эффективным в деятельности.

Нами были проанализированы связи между изучаемыми показателями и усредненной успеваемостью первокурсников в первой сессии (учитывались экзаменационные оценки по общей психологии, отечественной истории и анатомии ЦНС). Оказалось, что ни один из параметров психологической безопасности,



оцениваемый у первокурсников, не коррелировал с успеваемостью. Однако она оказалась значимо отрицательно связанной с показателем «Ориентация на настоящее» ОСД ( $r=-0,369$ ;  $p=0,007$ ). То есть, результаты исследования показывают, чем в большей степени первокурсники были сосредоточены на настоящем, тем труднее им было сдать сессионные экзамены.

Получив такой парадоксальный результат, мы попытались дать ему объяснение, выдвинув ряд возможных гипотез (в частности, о недостоверности субшкалы «ориентация во времени», о системе оценки знаний на факультете психологии и пр.). Однако ни одна из сформулированных гипотез не показалась нам наиболее адекватной. Очевидно, что объяснение может быть найдено при условии продолжения исследования с дополнительной проверкой полученных нами данных.

### Литература

1. Богомаз С.А. Психологическая безопасность и искажение реальности в контексте проблем личностного развития // Теоретические и прикладные аспекты психологии развития: проблемы, решения, перспективы: сборник научных трудов/ под ред. И.С. Морозовой; ГОУ ВПО «Кемеровский государственный университет». – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2007. – С. 125-130.
2. Лызь Н.А. Модельные представления о безопасной личности // Известия ТРТУ, 2005. – Вып. 7 (51). – С. 21-25.
3. Ключко В.Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности (введение в транспективный анализ). – Томск: Томский государственный университет, 2005. – 174 с.
4. Мандрикова Е.Ю. Опросник самоорганизации деятельности. – М.: Смысл, 2007
5. Практикум по психодиагностике и исследованию толерантности личности / Под ред. Г.У.Солдатовой, Л.А. Шайгеровой. - М.: МГУ им. М.В.Ломоносова, 2003. – 112 с.

### Связь успешности оценки приборной информации с когнитивно-стилевыми особенностями оператора.

*Петрович Дарья Леонидовна*

*аспирантка*

*Государственный университет гуманитарных наук, Россия*

*E-mail: dlpe@mail.ru*

Важной проблемой инженерной психологии является исследование закономерностей восприятия и переработки информации. Эффективность восприятия и переработки приборной информации зависит от характеристик информации, характеристик информационного поля, от индивидуальных особенностей оператора (Венда В. Ф. 1982; Ломов Б. Ф. 1966). По литературным данным эффективность восприятия связана с такими индивидуальными особенностями, как тревожность, уверенность, свойства нервной системы, свойства темперамента, индивидуальный стиль деятельности (Венда В. Ф. 1982; Каллистратова Т. Д. 1983).

Учет когнитивных стилей при разработке инженерно-психологических требований к средствам отображения информации и при отборе операторов является актуальной задачей.

Целью данного исследования является выявление связей показателей когнитивных стилей с эффективностью сравнительной оценки показаний приборов.

Гипотеза исследования. Эффективность сравнительной оценки показаний приборов связана с когнитивно-стилевыми особенностями операторов.

Независимыми переменными в исследовании выступали:

1. Пространственная организация информации (расстояние между шкалами);
2. Когнитивные стили (импульсивность/рефлексивность,

полезависимость/полнезависимость, диапазон эквивалентности).

Зависимыми переменными оценки показаний приборов являлись ошибки оценки, пропуски ответов и время верного считывания.

Задачи исследования:

1. Выявление успешности сравнительной оценки показаний нескольких приборов в условиях их разной пространственной организации;
2. Определение связи когнитивно-стилевых особенностей с успешностью сравнительной оценки.

Методика исследования. Для экспериментального исследования оценивания показаний приборов испытуемыми применялась компьютерная программа, созданная

Садовым В. А. Программа позволяет предъявлять изображения по специально сконструированной последовательности. Каждое изображение предъявлялось на экране монитора. В одно изображение входят четыре окружности в виде циферблатов, располагающихся по углам экрана. Каждая окружность разбита на 12 секторов и в центре окружности располагалась стрелка, указывающая на один из 12 секторов. Секторы циферблата были помечены ризкой и цифрой от 1 до 12. Диаметр каждого циферблата составлял 50 мм. В каждом изображении в середине монитора помещалась буква «М» или буква «Б». Были спланированы 2 экспериментальные серии. В первой серии циферблаты располагались на расстоянии 30 мм друг от друга. Вторая серия отличалась от первой расстоянием между шкалами. Во второй серии расстояние между шкалами составляло 5 мм.

Каждая серия состояла из 88 предъявлений изображений шкал. Если в центре экрана предъявлялась «М», испытуемый должен был найти циферблат, в котором стрелка показывала на наименьшую цифру, и нажать на клавишу с этой цифрой. Если в центре экрана предъявлялась «Б», испытуемый должен был найти циферблат, в котором стрелка показывала на наибольшую цифру, и нажать на клавишу с этой цифрой. Проба состояла из предъявления изображения четырех циферблатов с буквой в середине экрана, последующего предъявления маски («маскирующего изображения»), ответа испытуемого. Длительность предъявления изображения равна 1200 мс. Длительность предъявления маски равна 4000 мс для всех экспериментальных серий.

Были вычислены следующие показатели: среднее время верного считывания по каждому условию предъявления информации; частоты встречаемости пропусков и ошибок для каждого условия. Для измерения когнитивных стилей испытуемых использовались следующие методики: тест АКТ-70 (полезависимость/полнезависимость), тест Кагана (импульсивность/рефлексивность), тест Колги (диапазон эквивалентности). Показатели АКТ-70: время выполнения теста, количество верно решенных заданий, продуктивность, как частное от деления времени выполнения теста на количество верно решенных заданий. Показатели теста Кагана: сумма времени первых ответов, количество ошибок. Показатели теста Колги: количество выделенных групп; коэффициент категоризации в виде частного от деления суммы баллов по всем выделенным группам в зависимости от основания категоризации каждой группы- формально-ситуативного (0 баллов), либо категориального (1 балл), - на общее количество групп.

Процедура исследования. Исследование состояло из двух этапов. Первый этап исследования проводился в группе, второй - индивидуально. На первом этапе проводилась методика для изучения эффективности оценки приборной информации. На втором этапе диагностировались когнитивные стили. Общее время проведения обследования одного человека составляла 1 час 30 мин. Компьютерная методика проводилась с каждым испытуемым 2 раза. В первый раз испытуемый выполнял две

экспериментальные серии. Во второй раз все экспериментальные серии предъявлялись испытуемому в обратном порядке (для компенсации эффекта переноса). Была применена схема индивидуального эксперимента, по плану реверсивного уравнивания.

Испытуемые. В исследовании приняли участие 39 профессиональных водителей мужчин. Возраст испытуемых - от 18 до 22 лет.

Для статистической обработки данных использовался корреляционный анализ (коэффициент корреляции Спирмена).

Результаты. Корреляционный анализ выявил, что показатели всех исследуемых когнитивных стилей связаны с показателями эффективности сравнительной оценки показаний приборов (время реакции и частота пропусков). Частота пропусков положительно связана со временем выполнения методики АКТ (в серии 1:  $r=0,4$ ,  $p<0,01$ ; в серии 2:  $r=0,39$   $p<0,01$ ). Время реакции также положительно связано со временем выполнения методики АКТ (в серии 1:  $r=0,35$   $p<0,03$ ; в серии 2:  $r=0,34$ ,  $p<0,03$ ). Найдена отрицательная корреляционная связь полезависимости (продуктивность АКТ) с частотой пропусков (в серии 1:  $r=-0,31$ ,  $p<0,05$ ; в серии 2:  $r=-0,33$ ,  $p<0,04$ ). Таким образом, чем больше выражена полезависимость, тем медленнее и с большим количеством пропусков испытуемый решает данную задачу в исследованных условиях пространственной организации приборной информации. Обнаружены корреляционные связи показателя импульсивности в виде количества ошибок по тесту Кагана со временем реакции и частотой пропусков. Количество ошибок по тесту Кагана положительно связано со временем реакции в серии 1 ( $r=0,4$ ,  $p<0,01$ ) и положительно связано с частотой пропусков в серии 2 ( $r=0,35$ ,  $p<0,03$ ). Чем импульсивнее оператор, тем менее эффективно он решает задачу сравнительной оценки показаний приборов. Обнаружена отрицательная связь коэффициента категоризации по тесту Колги с частотой пропусков в серии 2 ( $r=-0,4$ ,  $p<0,01$ ). Большая часть корреляционных связей исследованных когнитивных стилей с эффективностью сравнительной оценки показаний приборов была найдена для показателей полезависимости, причем показатели этого стиля оказались связанными, как и со скоростным аспектом оценивания показаний приборов (время реакции ответа), так и с точностным (частота пропусков). Что касается импульсивности/рефлексивности, то по тесту Кагана, только показатель количество ошибок оказался связанным с эффективностью оценки показаний шкал в виде времени верной оценки и частоты пропусков.

### **Личностный адаптационный потенциал сотрудников ФСИН России**

***Пивоварова Татьяна Васильевна***

*курсант*

*Академия права и управления ФСИН России, Рязань, Россия*

*E-mail: tanyabeer@yandex.ru*

Служба в правоохранительных органах связана с необходимостью постоянной работы в режиме большого эмоционального напряжения. Это требует от личного состава чрезвычайной мобилизации физиологических и психологических ресурсов организма. Поэтому проблема стрессоустойчивости сотрудников не теряет своего значения, а высокий уровень стрессоустойчивости и высоких адаптационных возможностей является необходимой предпосылкой сохранения их психического здоровья и высокой работоспособности.

Существует набор определенных взаимосвязанных характеристик личности (биологических и социальных), которые определяют успешность адаптации человека в самых разнообразных условиях жизнедеятельности, в частности, в экстремальных ситуациях - личностный адаптационный потенциал (ЛАП).

Основой работы будущего психолога-практика являются знания в области диагностики и коррекции указанного психологического феномена.

Мы предприняли попытку установить уровень развития ЛАП (высокий, средний, низкий) у будущих сотрудников ФСИИ курсантов 1 курса психологического факультета (43 чел.: 25 юношей и 18 девушек).

В качестве психодиагностических методик в работе использовались: Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ), методика «Определение эмоциональности» (Суворова В.В.), опросник на «выгорание» (авторы - К. Маслач и С.Джексон, адаптирован Н.Е. Водопьяновой), «Шкала дисфункциональности» и рисуночный тест «Дом-Дерево-Человек».

Нами был проведен корреляционный анализ между отдельными уровнями адаптации (высокий, средний, низкий) и отдельными уровнями эмоциональности. Получена значимая корреляция между низким уровнем адаптации и высоким уровнем эмоциональности, средним уровнем адаптации и средним уровнем эмоциональности, высоким уровнем адаптации и низким уровнем эмоциональности (0,56).

Также проведен корреляционный анализ между отдельными уровнями адаптации (высокий, средний, низкий) и отдельными уровнями выгорания. Получена значимая корреляция между низким уровнем адаптации и высоким уровнем выгорания, средним уровнем адаптации и средним уровнем выгорания, высоким уровнем адаптации и низким уровнем выгорания (0,34).

Высокий уровень ЛАП - 39,5% (17 чел.) отличается высоким уровнем адаптированности, низким уровнем эмоциональности и низким уровнем выгорания. Испытуемые этой группы достаточно легко адаптируются к новым условиям деятельности, быстро входят в новый коллектив, достаточно легко и адекватно ориентируются в ситуации, быстро вырабатывают стратегию своего поведения. Как правило, не конфликтны. Обладают высокой эмоциональной устойчивостью.

Средний уровень ЛАП - 53,5% (23 чел.) – средний уровень адаптированности, средний уровень эмоциональности и средний уровень выгорания. Большинство лиц этой группы обладают признаками различных акцентуаций, которые в привычных условиях частично компенсированы и могут проявляться при смене деятельности. Поэтому успех адаптации зависит от внешних условий среды. Эти лица, как правило, обладают средней эмоциональной устойчивостью. Возможны асоциальные срывы, проявление агрессии и конфликтности. Лица этой группы требуют индивидуального подхода, постоянного наблюдения, коррекционных мероприятий.

Низкий уровень ЛАП - 7 % (3 чел.) – низкий уровень адаптированности, высокий уровень эмоциональности и высокий уровень выгорания. Лица этой группы обладают признаками явных акцентуаций характера, низкой нервно- психической устойчивостью, конфликтны, понижением работоспособности и ухудшения состояния здоровья. Могут допускать асоциальные поступки.

Также в ходе исследования мы попробовали проанализировать индивидуальные особенности эмоциональной сферы по шкале дисфункциональности каждой из выделенных нами групп испытуемых по уровню развития ЛАП. Данный тест предполагает выявление зависимости-независимости испытуемых по следующим факторам: одобрение, любовь, достижения, безупречность, ярлыки, всемогущество и одиночество.

Первая группа испытуемых неуязвима в областях: любовь (41,2%) и одобрение (35,3%). Отрицательный результат по шкале всемогущество (35,3%). Вторая группа испытуемых неуязвима в областях: одиночество и независимость (39%). Отрицательный результат по шкале «безупречность» (56,5%). Третья группа испытуемых с низким уровнем ЛАП также неуязвима в областях: одиночество и независимость (66,7%). Слабое место - отношение к ярлыкам.

В исследование в дополнение использовался рисуночный тест «ДДЧ».

При рисовании дерева, каждый четвертый испытуемый (25,6%) выделял корни, которые символизируют потребность в безопасности и защите, внутреннее равновесие человека, устойчивость его позиций. Корни – ориентация на прошлое; потребность в опоре и привязанности; значимость семейных связей.

У 16,3% – слабая бытовая ориентация; недостаточная социальная адаптированность; ослабленная привязанность к дому и семье (дерево без корней висит в воздухе).

Отсутствие кроны дерева у 13,9% испытуемых говорит о том, что у них нет представлений о собственном будущем, осознания своих перспектив. Низкий уровень адаптации, нарушенная приспособляемость.

Ель нарисовало 7% (3 человека) испытуемых, что означает эмоциональную неудовлетворенность; чувство отверженности.

При детальном анализе рисунка «дом» у 27,9% испытуемых нет двери. Это подразумевает трудности в общении, что затрудняет адаптационные процессы.

Забор в рисунке – защита от нежелательного вторжения; потребность в эмоциональной защите (20,9% выборки).

Наличие занавесок говорит о стремлении контролировать открытое пространство своих чувств (37,2% выборки).

Неудовлетворенная потребность в семейном очаге у 9,3% испытуемых (многоэтажный дом).

Особое внимание практическому психологу необходимо уделять внимание работе с так называемой «проблемной» группой - обладателями низкого уровня развития ЛАП (7% от общего количества курсантов). В связи с этим считаем немаловажным разработку для данной группы коррекционной программы, направленной на успешную адаптацию к службе во ФСИН. Полагаем, что данная проблема во многом может быть успешно решена за счет повышения уровня волевой регуляции. Решению этого вопроса может способствовать эмоционально-волевая тренировка, которая формирует следующие основные навыки и умения: снижение излишнего напряжения, волнения; преодоление нерешительности и скованности; осуществление самоконтроля и самокоррекции эмоционально-волевого настроения; повышение энергетического уровня и психического здоровья личности.

### **Литература**

1. Ушатиков А.И., Ковалев О.Г., Семенов В.А. Психологическая подготовка сотрудников пенитенциарных учреждений к действиям в экстремальных условиях. Рязань, 1997.
2. Табачников С.И. Методическое пособие по эмоционально-волевой тренировке. М., 1990.

### **Тренинг креативности как технология профилактики профессионального выгорания учителей**

***Попова Лидия Сергеевна***

*студентка*

*Российский государственный профессионально-педагогический университет,*

*Екатеринбург, Россия*

*E-mail: novals@list.ru*

В настоящее время важное место среди исследований, посвященных проблеме выгорания, занимают работы, касающиеся труда учителя. Известно, что педагогическая деятельность обладает рядом особенностей (наличие большого числа стрессовых

факторов, высокий динамизм, сложность педагогических ситуаций и др.), в связи с которыми учителя в большой степени подвержены профессиональному выгоранию. Исходя из этого, актуальным в настоящее время является поиск факторов и технологий, способствующих снижению вероятности возникновения и развития профессионального выгорания педагогов, помогающих сохранить психологическое здоровье учителя и высокий профессионализм его деятельности.

Слабо изученной в настоящее время является проблема взаимосвязи феномена профессионального выгорания и креативности учителя, которая является мощным фактором развития личности, определяющим ее готовность изменяться и отказываться от стереотипных способов поведения и мышления.

В своей работе мы опирались на трехфакторную модель профессионального выгорания К. Маслач и С. Джексон, в соответствии с которой выгорание понимается как профессиональный кризис, возникающий в результате продолжительных профессиональных стрессов, связанный с работой в целом, и включающий в себя эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию личных достижений.

Креативность рассматривается нами как потенциал, внутренний ресурс человека, проявляющийся в способности к конструктивному, нестандартному мышлению и поведению, а также осознанию и развитию своего опыта (Н.Ю.Хрящева, С.И.Макшанов).

Творческий характер профессии педагога отмечали многие ученые (К.Д. Ушинский, В.И. Загвязинский, Н.Д. Никандров, В.А. Как-Калик). Креативный (творческий) потенциал как одну из интегральных характеристик личности учителя рассматривает А.К. Маркова. Согласно ее представлениям, многообразие педагогических ситуаций делает неадекватным применение типовых приемов педагогической деятельности, что стимулирует учителя к творчеству.

Особый интерес представляет адаптационный аспект креативности. Согласно представлениям В.Ф. Луговой, творческая активность личности является прогрессивным адаптационным механизмом и особым средством активной адаптации при недостатке у человека реального опыта на основе творческого воображения. При этом творчество является одной из выработанных человеком в процессе эволюции программ взаимодействия со средой, в основе которой лежит механизм опережения, в том числе эмоциональные преднастроенные реакции и прогнозирование. Таким образом, креативность позволяет предвидеть учителю предстоящие изменения социальной и образовательной среды, динамику развития учебного коллектива и каждого субъекта учебного процесса, своевременно отказаться от стереотипных способов организации деятельности, непригодных в новых условиях, и привести свою работу в соответствие с новыми требованиями.

Также и В. Ротенберг в своих работах указывает на то, что поисковая активность, лежащая в основе творчества, играет решающую роль в адаптации и сохранении здоровья, а также повышает стрессоустойчивость. Таким образом, учитывая стрессогенный характер профессионального выгорания, можно предполагать, что креативность как фактор, способствующий более высокой адаптивности и стрессоустойчивости человека, позволяет противостоять профессиональным стрессам, снижая уровень профессионального выгорания.

Для непосредственного изучения влияния уровня креативности на профессиональное выгорание учителей нами было проведено исследование, с целью выявления эффектов креативного потенциала на профессиональное выгорание учителей. В нашем исследовании приняли участие 52 учителя школ г. Екатеринбурга (в возрасте от 27 до 62 лет). Для измерения креативного потенциала применялся опросник «Каков ваш креативный потенциал?» С.И. Макшанова. Для оценки уровня профессионального выгорания применялся опросник «Профессиональное выгорание» (вариант для

учителей) Н.Е. Водопьяновой. Применялся Ex post facto экспериментальный план. Для определения эффектов креативного потенциала на показатели профессионального выгорания применялся однофакторный дисперсионный анализ ANOVA.

В результате нами было обнаружено, что общий креативный потенциал оказал эффект на уровень (фазу) профессионального выгорания ( $F(2, 22) = 5,371$ ;  $p = 0,013$ ), а также на такой компонент выгорания, как деперсонализация - бесчувственное, негуманное отношение к субъектам деятельности ( $F(2, 22) = 7,577$ ;  $p = 0,003$ ). Кроме того, креативность личности как компонент общего креативного потенциала оказала эффект на уровень (фазу) профессионального выгорания ( $F(2, 22) = 3,505$ ;  $p = 0,048$ ) и, также, на деперсонализацию ( $F(2, 22) = 4,076$ ;  $p = 0,031$ ). Это означает, что именно учителя, реализующие свой творческий потенциал в профессиональной деятельности, способные творчески подходить к профессиональному общению и решению профессиональных задач, в меньшей степени подвержены профессиональному выгоранию и для них не является характерным бесчувственное, безразличное отношение к субъектам делового общения. Таким образом, в результате нашего исследования были получены факты, свидетельствующие в пользу того, что некоторые факторы креативности оказывают эффекты на профессиональное выгорание, снижая его уровень.

Полученные данные явились предпосылкой для разработки специализированного тренинга креативности для учителей, выступающего в качестве альтернативной и дополняющей технологии профилактики профессионального выгорания по отношению к существующим программам и тренингам антивыгорания, которые главным образом предполагают развитие навыков психической саморегуляции и применения конструктивных копинг-стратегий (Н.Е. Водопьянова, Е.А. Семенова).

Разработанный нами тренинг, направлен на развитие креативности, творческого мышления и воображения педагогов, за счет осознания ими барьеров, препятствующих их творческой самореализации в профессии и вне трудовой деятельности, а также за счет включения их в свободную и безопасную творческую атмосферу тренинговой работы, располагающую к проявлению спонтанности, необходимой для творчества. Наличие в тренинге заданий, основанных на игровых и арт-технологиях, позволяет педагогам в ходе тренинга снять эмоциональное напряжение, выразить и проработать негативные переживания через изобразительное и словесное творчество, что позволяет говорить и о психотерапевтическом действии данного тренинга креативности.

Данная технология прошла апробацию на нескольких группах учителей школ Свердловской области, проходящих курсы повышения квалификации. По отзывам участников, занятия позволили им ощутить повышение настроения, прилив энергии, эмоциональный подъем и почувствовать себя более раскрепощенными.

Таким образом, специально организованный тренинг креативности для учителей может выступать здоровьесберегающей технологией, которая способствует развитию способностей педагогов актуализировать свой творческий потенциал в профессиональной деятельности и, тем самым, обеспечивает повышение их гибкости и адаптивности в разнообразных профессиональных ситуациях, что позволяет повысить эффективность педагогической деятельности и снизить риск возникновения профессионального выгорания.

**Социально-психологический тренинг, как средство формирования психологической устойчивости сотрудников силовых структур в условиях кризиса и экстремальных ситуаций**

***Пугач Елена Владимировна***

*молодой ученый*

*Пограничный научно-исследовательский центр ФСБ России, Москва, Россия*

*E-mail: elenagpi@mail.ru*

К профессиональной деятельности в условиях кризиса и экстремальных ситуациях связанной с возникновением негативных психических состояний ее участников необходимо быть подготовленным, в том числе и психологически.

Сохранять внутреннюю гармонию, благоприятные межличностные отношения, переживание благополучия в ситуациях жизненных испытаний позволяет психологическая устойчивость.

Психологическая устойчивость является сложным и емким качеством личности. В нем объединен целый комплекс способностей, широкий круг разноуровневых явлений. Основными аспектами психологической устойчивости являются: стойкость, стабильность; уравновешенность; сопротивляемость (резистентность); мотивация, воля; познание и интеллект.

Формирование психологической устойчивости и умения владеть собой в кризисных и экстремальных ситуациях предполагает выработку определенных качеств личности, таких как ответственность, стойкость к неудачам, склонность и устойчивость к риску, самообладание, выдержку. Сотрудник должен владеть приемами самоконтроля поведения, управлять своим поведением и эмоциями. В процессе занятий и тренировок он должен овладеть приемами саморегуляции, снятия нервного напряжения, активизации внутренних ресурсов на выполнение поставленной задачи.

В последнее время все большее значение в формировании психологической устойчивости приобретает использование социально-психологического тренинга. Социально-психологический тренинг представляет собой систему целенаправленных тренировок и упражнений позволяющих эффективно развивать необходимые качества сотрудника к выполнению задач в экстремальных условиях. Данный тренинг предполагает овладение сотрудником системой соответствующих психологических приемов, таких как, управлять собой, своими эмоциями, чувствами.

Для формирования психологической устойчивости используются следующие методы социально-психологического тренинга:

- тренинг познавательных качеств;
- коммуникативный тренинг;
- ролевой тренинг;
- психорегулирующие тренировки;

К тренингу познавательных качеств относят тренинг по развитию профессиональной памяти, наблюдательности и восприятия, тренировки по развитию профессиональной чувствительности.

Коммуникативный тренинг заключается в овладении навыками установления психологического контакта и доверительных отношений, осуществления психологического воздействия на лиц, представляющих оперативный интерес.

В процессе решения оперативно-служебных задач сотрудникам приходится выполнять различные роли. Уравновешенность, соразмерность, навыки ролевого поведения развиваются путем осуществления ролевой гимнастики – специальных упражнений

Психотехнические игры – эффективный метод психологической подготовки сотрудников, применяемый для формирования психологической устойчивости.

Одним из методов является психологическое моделирование условий и трудностей оперативно-служебной деятельности – это комплекс приемов, способов и средств, позволяющих создать внешние и внутренние (психологические) условия, близкие к реальным условиям оперативно-служебной деятельности.

Также можно выделить и метод психологического анализа и решения практических задач, достоинством которого является реальная проверка уровня



профессионально-психологической подготовленности сотрудников. Решение практических ситуаций позволяет сотрудникам применять полученные практические знания, навыки и умения в оперативно-служебной деятельности.

Таким образом, вопросы психологической устойчивости личности имеют огромное практическое значение, поскольку устойчивость охраняет личность от дезинтеграции и личностных расстройств, создает основу внутренней гармонии, полноценного психического здоровья, высокой работоспособности. Психологическая устойчивость индивидуума непосредственно определяет его жизнедеятельность, психическое и соматическое здоровье. Оно позволяет противостоять жизненным трудностям, неблагоприятному давлению обстоятельств, сохранять здоровье и работоспособность в различных ситуациях.

А социально-психологический тренинг является одним из методов формирования психологической устойчивости, а именно стойкости, стабильности, уравновешенности, сопротивляемости, мотивации, воли, коммуникативных качеств, активности.

### Литература

1. С этой позиции психологическую готовность рассматривают К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, И.С. Кон, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, В.С. Мерлин, В.В. Столин, И.И. Чеснокова, А.Ц. Пуни и др.
2. См. труды: В.А. Алаторцев, Е.П. Ильин, Н.Д. Левитов, Л.С. Нерсесян, В.Н. Пушкин и др.
3. Деркач А.А., Зазыкин В.Г. Профессионализм деятельности в особых и экстремальных условиях. Психолого-акмеологические основы. М.: МААА, 1998.; Деркач А.А., Маркова А.К. Профессиограмма госслужащего: Учебное пособие. М.: РАГС, 1999.; Зазыкин В.Г., Чернышев А.П. Менеджер: психологические секреты профессии. М.: ЦИТП, 1992; Левадняя М.О. Оценка психологической готовности руководителя к управлению в условиях кризиса. Дис. ... канд. психол. наук. М., 2003 и др.

### **Выявление особенностей синдрома эмоционального выгорания у специалистов, практикующих в сфере медицинской и психологической помощи людям**

*Рягузова Алина Витальевна*

*Бычкова Елизавета Михайловна*

*студентки*

*Российский государственный университет им. И. Канта, Калининград, Россия*

*E-mail: Zarizasavskaya@rambler.ru*

Проблема эмоционального выгорания, безусловно, в большей или меньшей степени, касается каждого специалиста работающего в сфере «человек-человек»: учителей, врачей, психологов и т.д. Каждый день, решая проблемы других людей, специалисты этой группы могут начать постепенно «экономить» свои эмоции. Это приводит не только к ухудшению физического и психического здоровья самого специалиста, но и, несомненно, сказывается на его жизни, отношении к работе, эффективности профессиональной деятельности. Проблеме эмоционального выгорания у педагогов посвящено уже множество исследований<sup>4</sup>, однако, на наш взгляд, не раскрытой, но при этом не менее актуальной, остается проблема эмоционального

---

<sup>4</sup> Борисова М.В. Психологические детерминанты феномена эмоционального выгорания у педагогов // Вопросы психологии. №2, 2005.

Форманюк Т.В. Синдром профессионального сгорания как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопросы психологии. 1994. № 6. и многие другие

выгорания у специалистов, практикующих в сфере медицинской и психологической помощи людям (врачи, медсестры, психиатры, психологи и т.д.).

Поэтому целью нашего исследования является выявление особенностей синдрома эмоционального выгорания у специалистов практикующих в сфере медицинской и психологической помощи людям.

Объект исследования: синдром эмоционального выгорания.

Предмет исследования: особенности эмоционального выгорания специалистов практикующих в сфере медицинской и психологической помощи людям г. Калининграда.

Перед проведением исследования нами было выдвинуто несколько гипотез:

Гипотеза №1: уровень эмоционального выгорания среди специалистов, практикующих в сфере медицинской и психологической помощи людям достаточно высок.

Гипотеза №2: у специалистов со сформировавшейся фазой «Истощение» наиболее ярко проявляются симптомы, относящиеся к эмоциональной и поведенческой группам симптомов.

В процессе исследования мы использовали следующие методы: обзорно-аналитическое исследование, сравнительный анализ, метод анкетирования и тестирования, методы математической статистической обработки данных.

В теоретической части работы мы провели анализ литературы по проблеме исследования эмоционального выгорания ученых-исследователей - представителей различных психологических школ, рассмотрели разнообразные подходы к проблеме профессионального эмоционального выгорания.

Для выявления особенностей эмоционального выгорания у специалистов, практикующих в сфере медицинской и психологической помощи людям, нами было проведено исследование в различных медицинских учреждениях и психологических организациях города Калининграда (психиатрическая больница, областная больница, отделения скорой помощи, городское общество психологов). В исследовании приняло участие 103 специалиста. За основу данного исследования была взята методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В.Бойко. Особое внимание при обработке полученных данных обращалось на симптомальную оценку состояния исследуемых. Так же испытуемым предлагалось ответить на несколько вопросов, касающихся их отношения к проводимому исследованию. Полученные в ходе исследования данные прошли статистическую математическую обработку с помощью параметрического критерия различий t-критерий Стьюдента.

Результаты исследования показали: что высокий уровень эмоционального выгорания проявляется у 60 % испытуемых. При этом 70 % исследуемых наиболее часто отмечали такие симптомы как: усталость, чувство истощения, бессонница, частые головные боли. Все перечисленные симптомы относятся к физической группе симптомов. Математический анализ результатов с помощью параметрического критерия различий t-критерий Стьюдента показал, что:

- обнаружены достоверные различия в фазе «Напряжение» между группами испытуемых, имеющих различный стаж работы (стаж в первой группе 0-10 лет; во второй группе 10-20 лет); при увеличении стажа работы, увеличивается уровень эмоционального выгорания.
- обнаружены достоверные различия в фазе «Напряжение» между группами испытуемых, имеющих различный возраст (в первой группе испытуемые в возрасте до 30 лет, во второй группе- старше 30 лет); у испытуемых в возрасте до 30 лет уровень эмоционального выгорания ниже, чем у испытуемых старше 30 лет.

- обнаружены достоверные различия во всех фазах, а также в общем результате по методике между группами испытуемых, имеющих различный уровень образования (в первой группе испытуемые со средне-специальным образованием, во второй группе с высшим образованием); у испытуемых со средне-специальным образованием уровень эмоционального выгорания выше, чем у испытуемых с высшим образованием.

Таким образом, наша гипотеза о том, что уровень эмоционального выгорания среди специалистов, практикующих в сфере медицинской и психологической помощи людям, достаточно высок подтвердилась. Однако гипотеза №2 о том, что у специалистов со сформировавшейся фазой «Истощение» наиболее ярко проявляются симптомы, относящиеся к эмоциональной и поведенческой группам симптомов не подтвердилась. В ходе исследования выяснилось, что наиболее ярко проявляются симптомы, относящиеся к физической группе симптомов.

С целью профилактики появления и развития синдрома эмоционального выгорания у специалистов практикующих в сфере медицинской и психологической помощи людям необходимо разработать специально-адаптированные тренинговые методики для данной группы специалистов и ввести должность психолога по работе со специалистами в медицинских и психологических учреждениях.

#### Литература

- 1.Бойко В.В. Синдром эмоционального сгорания в профессиональном общении. СПб, 1999.
- 2.Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб, 2005
- 3.Леонтьева Л.Н. Синдром выгорания у сотрудников психиатрических служб: модель формирования и масштаб проблемы // Социальная и клиническая психиатрия.- №4, 2004.
- 4.Орел В.Е. Исследование феномена психического выгорания в отечественной и зарубежной психологии / Проблемы общей и организационной психологии; Сб. науч. трудов. Под ред. А.В.Карпова. Ярославль, 1999.
- 5.Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. - Самара, 2000.
- 6.Скугаревская М.М. Синдром эмоционального выгорания // Медицинские новости. 2002. №7

#### **Влияние некомфортности рабочих мест на возникновение конфликтных и стрессовых ситуаций в среде старшеклассников**

*Рядченко Алеся Витальевна*

*студентка*

*Тольяттинский государственный университет, Тольятти, Россия*

*E-mail: lavissa\_359@rambler.ru*

Анализ научных исследований, посвященных изучению стресса и конфликтности в профессиональной деятельности человека, показывает, что в последние годы данная проблема является наиболее актуальной в мировой психологической науке и практике.

Исзуемая тема, являясь одним из аспектов проблемы профессионального стресса, заслуживает пристального внимания исследователей вследствие его негативного влияния на эффективность учебной деятельности и психическое здоровье старшеклассников. Это приводит к росту числа заболеваний стрессовой этиологии, и, как следствие, нарушение трудоспособности старшеклассников, сложности адаптации к

новым видам и формам труда, развитие состояний сниженной работоспособности, что может рассматриваться как непосредственная угроза качеству жизни и психическому здоровью.

Исследования отечественных и зарубежных ученых убедительно свидетельствуют о том, что профессиональный стресс в любой возрастной группе без проведения профилактических мероприятий приводит к депрессии, злоупотреблению алкоголем, наркотиками, а иногда к суицидному поведению. Длительный профессиональный стресс, в свою очередь, ведет к возникновению синдрома эмоционального выгорания. Таким образом, для школьников старших классов дискомфорт ученического рабочего места во многом может стать судьбоносным.

Как известно, стресса невозможно избежать, поэтому мы можем только преодолевать его нежелательные последствия. Это можно сделать различными путями. Для нашего исследования интересен подход, где С.В. Касл предлагает желательные условия труда, которые помогут избежать губительных последствий стресса.

В этой связи чрезвычайно актуальным представляется изучение организационных форм и условий осуществления учебной деятельности, необходимость научного анализа результатов их воздействия на психоэмоциональное состояние старшеклассников, обоснование путей профилактики и коррекции выявляемых психологических нарушений. Объектом исследования являются причины конфликтов в старших классах. Предмет исследования – влияние некомфортности рабочих мест на возникновение конфликтов у соседей по парте в старших классах.

Целью научной работы является определение степени взаимозависимости эмоционально-психологического комфорта старшеклассников от условий организации рабочего места. Исходя из поставленной цели, были сформулированы следующие исследовательские задачи: выявить причины, вызывающие конфликты у соседей по парте в 9–11 классах; определить степень комфортности ученического рабочего места; выявить группу учащихся, с высокой конфликтностью; определить личностные особенности учащихся этой группы; определить степень зависимости развития стрессовых ситуаций в классе от качества организации рабочего места старшеклассников; выявить пути преодоления нежелательных последствий некомфортности и стресса.

В большинстве школьных кабинетов стоят парты размерами 120X50 см, а в кабинетах, где проводятся лабораторные работы – физики, химии, информатики и труда – 120X60 см, что соответствует стандарту ГОСТ 11015-93 «Столы ученические. Типы и функциональные размеры», который не пересматривался с 1993 года. Таким образом, размер рабочего места ученика 60X50 см. Согласно гигиеническим требованиям к условиям обучения, каждый учащийся должен быть обеспечен удобным рабочим местом в соответствии с его ростом. ГОСТ определяет разницу между высотой парты для первой (100-115 см) и шестой (свыше 175 см) ростовых групп – 30 см, в то время как рабочее место размером 60X50 см, должно быть одинаково комфортно и первокласснику, и выпускнику ростом 180 см.

Практическая значимость работы состоит в том, что результаты исследования могут быть использованы: учащимися и их родителями для разрешения конфликтов с одноклассниками; классными руководителями для организации правильной рассадки учащихся; школьными психологами для формирования школьных коллективов и работы по созданию благоприятного психологического климата в классах; медперсоналом школы для проведения мероприятий по профилактике здоровья старшеклассников; администрацией школ для создания более комфортных условий обучения; работниками Госстандарта России для внесения изменений в действующие стандарты школьной мебели; конструкторскими бюро производителей школьной мебели для разработки новых образцов продукции.

Исследование было выполнено на базе четырех учебных заведений г. Тольятти: гимназии № 89, гимназии № 48, МОУ № 46 и МОУ № 32. Всего в исследовании приняло участие 72 ученика 9–11 классов, 36 мальчиков и 36 девочек.

При обработке и анализе полученных данных было установлено, что конфликты с соседом по парте из-за нехватки места за столом возникают у 16 девочек (44%) и у 9 мальчиков (25%). Из них для 11 девочек (31%) и 6 мальчиков (17%) эта причина является самой актуальной, причем из этих 17 учащихся – 3 человека конфликтуют с соседом по парте по разным причинам несколько раз в неделю, 12 человек – каждый день, 2 человека – каждый урок. Кроме того, у девочек и мальчиков, для которых самой актуальной причиной конфликтов с соседом по парте является нехватка места, показатели тревожности и нервно-психического напряжения выше среднего. Мы можем предположить, что нехватка места за партой выступает дополнительным фактором, ухудшающим общее психологическое состояние человека. С другой стороны, возможно, учащиеся с повышенным уровнем тревожности и нервно-психического напряжения, более чувствительны к некомфортности условий обучения. Нами были выявлены особенности конфликтной группы: 1) все мальчики сидят с девочками; 2) все мальчики относятся к шестой ростовой группе (свыше 175 см), все девочки – к пятой (160-175 см); 3) в группе преобладают девочки, сидящие с мальчиками, справа от них; 4) в группе больше учащихся, у которых ведущая направленность на дело, и меньше – на общение;

По результатам исследования была разработана программа мероприятий, направленная на снижение количества конфликтов, связанных с некомфортностью рабочих мест.

### Литература

1. Аникеева Н.П. Психологический климат в коллективе. – М.: Просвещение, 1989.–224с.
2. Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях, СанПин 2.4.2. 1178-02 // Здоровье детей. 2003. №6. 16-31 марта – 10с.
3. ГОСТ 11015-93 «Столы ученические. Типы и функциональные размеры».
4. Дмитриев А.В. Конфликтология. – М.: Гардарики, 2000. – 267с.
5. Касл С. В. Эпидемиологический подход к изучению стресса в труде // Психология труда и организационная психология: современное состояние и перспективы развития. Хрестоматия / Сост. А.Б. Леонова, О.Н. Чернышева. – М.: Радикс, 1995.
6. Леонова А. Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. 2000. № 3.
7. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. – М.: ВЛАДОС, 1995. – 529с.
8. <http://www.standards.ru> (Госстандарт России).
9. <http://www.rosmet.com>, <http://www.ormis-mebel.ru>, <http://www.promuniver.ru>, <http://www.slavstolica-by.ru> (производители школьной мебели).

### Изучение профессиональной деформации федеральных судей

*Сарелайнен Александра Игоревна*

*студентка*

*Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Россия*

*E-mail: saartavalla@mail.ru*

В Постановлении Совета судей от 26 декабря 2002 года №86 отмечены специфические условия труда судей, работа которых связана с информационным и эмоциональным стрессом, психическим напряжением, высокой ответственностью за принимаемые решения. Эти условия могут приводить к преждевременной утрате

профессиональной трудоспособности. По мнению Совета судей, назрела необходимость в специальных социально-психологических и психофизиологических исследованиях, выявляющих факторы, негативно влияющие на психику судьи, а также в выработке конкретных мер по снижению их отрицательного воздействия.

По нашему мнению изучение факторов, которые негативно влияют на судью в процессе труда, должно проходить с учетом профессионально-личностных особенностей судей, а также последствий влияния этих факторов. К таким последствиям мы относим профессиональную деформацию личности. Профессиональная деформация личности – это изменение сложившейся структуры личности, негативно сказывающейся на продуктивности труда и взаимодействии с другими участниками этого процесса.

Выше приведенные факты доказывают, что существует нормативно-правовой запрос на исследования профессиональной деформации судей, интерес судейского сообщества к данной проблеме, потребность психологов в результатах такого исследования – все это и определяет актуальность выбранной нами темы.

Совпадая по некоторым параметрам с другими социальными (Е.А. Климов) профессиями, судебная деятельность имеет и свои отличительные характеристики и предъявляет своеобразные требования к судье.

Согласно Закону «О статусе судей в Российской Федерации» судья при исполнении своих полномочий, а также во внеслужебных отношениях должен избегать всего, что могло бы умалить авторитет судебной власти, достоинство судьи или вызвать сомнение в его объективности, справедливости и беспристрастности. Такие положения обуславливают необходимость ряда самоограничений в жизнедеятельности судей – ограничение круга общения, критического отношения к окружающим и к себе.

На сегодня загруженность судей выше норм, определенных в нормативных актах, обусловлена ростом количества дел во всех судах. К высоким нагрузкам добавляется и фактор жесткой временной регламентации – законодатель устанавливает жесткие сроки производства по делу, не всегда здесь учитываются особенности дела.

Еще один фактор профессиональной деятельности судьи связан с особенностями российского законодательства. Процессуальные нормы сложны и громоздки, их соблюдение требует от судей значительных усилий. Ситуация усугубляется возникновением большого числа коллизий между отдельными законодательными актами, это затрудняет когнитивную и конструктивную стороны деятельности судьи, осложняет процесс принятия решения по делу.

Предмет труда судей - это люди с деформированной психикой, нарушенным правосознанием, преступившие закон, - это конфликтные ситуации, развитие которых приобретает острые формы. При этом деятельность судьи предполагает вхождение в контакт с обвиняемым, общение с ним в уважительной манере, соблюдение презумпции невиновности. Судья должен управлять конфликтом в зале суда, предупреждать его эскалацию. В такой ситуации очень легко возникают психологические барьеры между судьей и участниками процесса, которые снижают адаптивность психики судьи. Властный характер деятельности судьи, традиционное и идеологизированное понимание судьями своих целей и назначения – «вершить правосудие», «стоять на страже закона», «бороться с преступностью» также оказывают деформирующее влияние на личность судьи. Велико влияние судейской солидарности, предвзятости и тенденциозности. Высокое психоэмоциональное напряжение, экстремальный характер труда, высокая ответственность за последствия решений, опасения за безопасность близких и собственную – все это является стрессовыми факторами для судей.

Следствием развития профессиональных деформаций становятся судебные ошибки, предъявления обвинений с «запасом», упрощение процедуры разбирательства, провоцирующее поведение судей. В практическом смысле составление портрета профессиональных деформаций позволит формировать программу развития

профессионала таким образом, чтобы совершенствовать сильные стороны личности судьи и компенсировать слабые, не допуская ее искажения.

Потребность в дополнении имеющихся знаний и проведении новых психологических исследований профессиональной деформации определяет выбор темы нашей исследовательской работы. Исследование проводилось в январе-феврале 2008 года в Верховном республиканском суде (КБР, г. Нальчик).

Объектом исследования являются – 30 федеральных судей Верховного суда, со стажем работы в должности судьи от 3 лет до 31 года. Предмет исследования – профессиональные деформации судей.

Целью настоящего практического исследования явилось выявление характеристик профессиональной деформации судей. Цель определила постановку следующих задач:

1. Анализ характеристик профессиональной деформации у судей.
2. Выявление уровня профессиональной деформированности у группы федеральных судей.
3. Выявление и анализ связи между уровнем профессиональной деформации и стажем работы.

В соответствии с анализом негативных факторов работы судей, были подобраны методики на измерение тех сторон личности, деформацию которых можно спрогнозировать исходя из анализа. Использовались методика Диагностики типологий психологической защиты (Р.Плутчик в адаптации Л.И.Вассермана и др.) направленная на выявление неадаптивных психологических защит; Шкала ригидности Г.В.Залевского, позволяющая измерить привязанность к однотипным способам действия, неспособность изменить их, когда этого требуют объективные условия. Методика определения психического выгорания А.А.Рукавишникова, нацеленная на интегральную диагностику психического «выгорания», была адаптирована нами для судей. Для исследования уровня субъективного контроля применялась методика Дж. Роттера. Методика изучения особенностей правосознания, применялась для выявления искажений в структуре правосознания.

Результаты исследования находятся на стадии обработки (до середины марта 2008) и могут быть представлены на конференции.

### **Литература**

1. Закон РФ от 26 июня 1992 г. «О статусе судей в Российской Федерации»
2. Постановление Совета судей РФ от 26 декабря 2002 г. N 86 «О психологическом обеспечении судебной деятельности и использовании методов психодиагностического обследования личности кандидата на должность судьи»
4. Кодекс судейской этики (утв. VI Всероссийским съездом судей 2 декабря 2004 г.)
5. Буньков В., Лукманов М., Сумароков И. Судьи работают на износ, в судах нужны кабинеты психологической разгрузки // Российская юстиция, 2001 №8 с.75-76
6. Валицкас Г., Юстицкис В. Соответствие поведения судей требованиям процедурной справедливости (на примере литовского судопроизводства) // Психол. Журнал 2006 г. №4, Т.27. С.27-32.
7. Органов Ю.М. Кадровое обеспечение судебной системы: комплексный характер проблем // Судья, 2005 №9 .С. 11- 14

### **Смена деятельности как средство оптимизации функционального состояния**

**Смирнов Дмитрий Андреевич**

*студент*

*Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Москва, Россия*

*E-mail: dim.smirnov07@gmail.com*

Введение. В условиях современного общества огромное значение приобретает так называемый «человеческий фактор». Как на производстве, так и в сфере услуг, в бизнесе, человек является важнейшим звеном. Человеку, в отличие от машины, свойственно ошибаться. Причины для ошибок бывают самые разные, но огромная их часть вызвана плохим функциональным состоянием (ФС) человека. С этим сталкиваются и операторы, и менеджеры, и студенты, - абсолютно все профессионалы, настоящие и будущие, во всех видах деятельности. ФС всегда несет отпечаток специфики деятельности [1, 4]. В зависимости от ее содержания, формируются различные ФС, такие как стресс, монотония, утомление и т.п. Поэтому и подходы к профилактике и коррекции ФС во многом зависят от особенностей реализуемой деятельности.

Студентов можно отнести к группе риска по частоте возникновения состояний утомления, стресса и монотонии. При этом средства оптимизации учебного процесса с целью борьбы с негативными ФС не достаточно развиты. Учащиеся вузов, помимо высокой обучаемости, обладают еще одной определенной чертой – повышенной восприимчивостью к внешним воздействиям [1]. Эта черта усугубляет высокий уровень тревожности у некоторых студентов. В комплексе с экзогенными факторами, внешними, по отношению к основной деятельности, такими как проблемы в семье, конфликты со сверстниками и т.д., указанные индивидуальные особенности студентов являются причинами для возникновения ФС, снижающих эффективность обучения [1, 2].

Рассматривая учебную деятельность студентов, мы в первую очередь обращаем внимание на учебу в течение семестра. В ситуации экзаменов, и других важных отчетностей, наиболее частыми ФС студентов являются стресс, утомление, в то время как монотония – состояние, свойственное скорее обычному учебному процессу [1].

Традиционно, с монотонией боролись внешними средствами, такими как функциональная музыка, библиотерапия, организация режима труда и отдыха и др. [3]. Альтернативным комплексным средством борьбы с монотонией является смена деятельности. Смена деятельности, в нашем понимании, заключается в переключении с основной трудовой деятельности на побочную в течение короткого промежутка времени. Этот метод рассматривается как своего рода активный отдых, наполненный определенным содержанием, не связанным с основной деятельностью.

Данная работа направлена на изучение ФС студентов при монотонной деятельности. Целью исследования был анализ эффективности смены деятельности, как формы активного отдыха. Основной гипотезой являлось предположение о влиянии фактора смены деятельности на ФС человека.

Для достижения поставленной цели и проверки гипотезы, нами были поставлены следующие задачи: 1) Подбор комплекса методик для оценки ФС участников исследования; 2) Реализация отдыха в форме смены деятельности в отдельной группе студентов; 3) Реализация пассивного отдыха в отдельной группе студентов; 4) Определение и анализ эффектов различных форм отдыха с помощью процедур статистического анализа.

Для получения данных о ФС испытуемых использовались различные методики, подобранные с учетом принципов структурно-интегративного подхода, который рассматривает проявления ФС на трех уровнях: физиологическом, психологическом и поведенческом [4].

Для характеристики ФС нами были выбраны методики «Шкала реактивной тревожности» Ч.Д. Спилбергера (ШРТ), «Шкала дифференциальных эмоций» К.Э. Изарда (ШДЭ), «Шкала состояний» (ШС), методика «ДОРС», корректурная проба Б. Бурдона [5]. Для получения физиологических показателей замерялся пульс испытуемых. Текст, данный в виде специального задания, выступающего в роли основной



деятельности, по сути является аналогом корректурной пробы Бурдона, имеющим смысловую нагрузку.

В начале исследования как у контрольной, так и у экспериментальной группы, производился первый, фоновый диагностический замер, который давал значения показателей ФС испытуемых. Для сбора значений показателей использовались методики «ШС», «ШДЭ», «ШРТ».

Затем студенты получали специальное задание, в виде отрывка текста, в котором были допущены грамматические ошибки. Задача испытуемых заключалась в том, чтобы проверять этот текст на ошибки в течение 10 минут. По истечению указанного времени, испытуемые отмечали место остановки в тексте, и происходил второй, промежуточный диагностический замер. Он идентичен первому за исключением добавленной методики ДОРС.

После второго замера, испытуемым контрольной группы было предложено 5 минут пассивного отдыха, в течение которого они не занимались какой-либо активной деятельностью. Испытуемым экспериментальной группы было предложено 5 минут активного отдыха в форме смены деятельности. В качестве содержательного наполнения выступала компьютерная игра.

Данная игра была выбрана с учетом следующих критериев:

- Игра должна задействовать игровую мотивацию, т.к. предмет деятельности, сменяющей основную, должен заинтересовать студента.
- Игра должна была задействовать непроизвольное внимание испытуемого.

После периода отдыха, испытуемым контрольной и экспериментальной групп предлагался текст с ошибками, который они проверяли до этого, и их задачей была дальнейшая проверка этого текста в течение 10 минут.

По завершению 10 минут проверки текста, происходил итоговый, третий диагностический замер, идентичный первому.

Результаты исследования позволили сделать вывод о том, что на уровне тенденций, фактор смены деятельности положительно влияет на ФС человека. Также подтвердилось положительное воздействие смены деятельности как формы активного отдыха на эффективность выполнения основной деятельности. Проанализировав характеристики ФС испытуемых, можно заключить, что значимых различий нет, но прослеживаются тенденции к более оптимальным значениям показателей ФС у студентов, чей отдых прошел в форме смены деятельности.

Проблема ФС у студентов является важной областью исследования, в связи со сложностями введения средств оптимизации и профилактики ФС в учебный процесс [1, 2]. Дальнейшее изучение методов саморегуляции и комплексных методов воздействия на ФС студентов является важным как в прикладном, так и в теоретическом аспектах.

#### Литература

1. Барабанщикова В.В. Модальность образной сферы как фактор оптимизации функционального состояния профессионалов в процессе психологической саморегуляции. / Дисс. ... канд. психол. наук. – М., 2005.
2. Габдреева Г.Ш. Основы самоуправления психическим состоянием // Проблемы самоуправления в системе психологической службы ВУЗов. - Казань, 1983.
3. Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Психопрофилактика стрессов. - М.: МГУ, 1993.
4. Леонова А.Б. Психодиагностика функциональных состояний человека. – М: МГУ, 1984.
5. Практикум по инженерной психологии и эргономике / Под ред. Ю.К. Стрелкова. – М., 2004.

## Психологическая характеристика взаимоотношений «тренер-спортсмен» в спортивной команде

*Софронова Саргылана Ильинична*

*студентка*

*Якутский государственный университет им. М.К. Амосова, Россия*

*E-mail: prodigy87@list.ru*

Социальная психология предполагает, что в общении, установлении контакта, достижении больших целей в спорте большую роль играет личность тренера, его способ работы со спортсменами. Одним из наиболее традиционных вопросов лидерства и руководства является вопрос о стилях руководства.

Предметом изучения является стиль руководства спортивным коллективом. Объект изучения нашей работы являются тренеры, спортсмены спортивных команд. Целью нашего исследования является изучение взаимосвязи половых различий с оценкой стиля руководства. Выдвинули следующие гипотезы: Для женщин тренеров более характерен попустительский стиль руководства коллективом; для мужчин тренеров более характерен директивный стиль руководства коллективом; существуют половые различия в определении стиля руководства. В работе мы использовали методики: Опросник для определения стиля руководства спортивным коллективом; Методика определения стиля руководства трудовым коллективом.

По полученным результатам выявили что, у тренеров преобладает директивный компонент, стиль руководства. При авторитарном стиле качество решений руководителя зависит от информации, которой он обладает и от его способности правильно его интерпретировать. Однако авторитарный руководитель не всегда владеет достаточной информацией для принятия решений, т.к. между ним и его группой большая социальная дистанция. Подчиненные не слишком откровенны с авторитарным руководителем, и о многих событиях в группе он может не знать. Авторитарный стиль способствует увеличению иерархических ступеней, порождающих формализацию отношений. В целом при таком стиле принятие решений и их поддержка членами группы зависят от авторитета руководителя. Авторитарный руководитель очень внимательно относится к контролю, который выступает преобладающей управленческой функцией. Авторитарный стиль предполагает четкое планирование работы, выполнение всех дел в соответствии со сроками, оперативное принятие решений по важным вопросам функционирования группы.

Выявлено, что оценка стиля спортивного руководителя не имеет половых различий, так как спортсмены женского и мужского полов одинаково оценивают своих тренеров.

### Литература

1. Андриенко Е.В. Социальная психология. М.: Академия, 2004.
2. Богданова Д.Я. Социальнопсихологическая характеристика спортивного коллектива. Л.: 1977.
3. Брайент Дж. Кретти. Психология в современном спорте. М.: 1978.
4. Ершов А.А. Личность и коллектив. Л.: Знание, 1976.
5. Коломейцев Ю.А. Взаимоотношения в спортивной команде. 1984.
6. Мартенс Райнер. Социальная психология и спорт. 1979.
7. Находкин В.В. Нравственно-волевое развитие подростков в физкультурно-спортивной деятельности: Монография. – М.: Издат-во МГОУ, 2007. – 150 с.
8. Петровский А.В., Шпалинский В.В. Социальная психология коллектива. М.: Просвещение, 1978.

9. Психология физического воспитания и спорта. Под ред. Джамгарова Т.Т. и проф. Пуни А.Ц. М.: Физкультура, 1979.
10. Сидоренко Е.В.. Методы математической обработки в психологии. С.-Пб.: Речь. 2004.
11. Ханин Ю.Л. Психология общения в спорте. М.: 1980.

### **Особенности совместимости игроков в хоккейной команде**

***Федоткина Наталья Михайловна***

*студентка*

*Воронежский государственный университет, Воронеж, Россия*

*E-mail: nafania.87@inbox.ru*

При изучении хоккейной команды как малой группы спортивные психологи обращают свое внимание на исследование совместимости и сработанности игроков в рамках команды в целом, а также в конкретном звене.

Целью данной работы является рассмотрение особенностей совместимости игроков хоккейной команды. Практическая значимость состоит в анализе взаимосвязи индивидуальных свойств игроков, согласованности принятия тактических решений с результативностью (продуктивностью) их деятельности.

Как отмечал Н.Н. Обозов, «совместимость», «гармонизация», «согласованность» – понятия, описывающие одно явление – оптимальное сочетание частей (свойств участников взаимодействия), функционирующих как единое целое. Естественно, свойства личности не существуют сами по себе, они проявляются в действиях, поведении и поступках индивидов, включенных во взаимодействие.

Л. Горский указывал на то, что хоккей убедительно характеризует коллективную деятельность, состоящую из совокупности действий отдельных звеньев и конкретных исполнителей и обусловленную единством замысла.

Сильные стороны каждого игрока становятся в коллективе достоянием всех и возрастают прямо пропорционально числу членов коллектива. Применительно к хоккею это и есть признак развитой системы, один из главных признаков коллектива, принципов формирования звена. А повысится ли продуктивность деятельности хоккейного звена, если у всех сильны одни и те же качества? Очевидно, нет. Вот почему три даже индивидуально сильных хоккеиста, но с одинаковым уклоном, объединившись, не составят сильное эффективное звено.

Таким образом, в данной работе изучение индивидуальных свойств хоккеистов было проведено с помощью методики, диагностирующей проявление таких личностных характеристик, как экстраверсия, интроверсия и нейротизм, и определяющей посредством их выявления доминирующий тип темперамента. Согласованность принятия тактических решений была исследована путем предоставления игрокам графических заданий, моделирующих возможные игровые ситуации, в которых хоккеистам необходимо было отметить на бланках единственно правильное продолжение игровой ситуации. Нужно отметить, что данный ряд заданий был составлен совместно с тренером команды. Данные задачи позволили рассмотреть когнитивный и поведенческий компоненты согласованности действий игроков. Результативность (продуктивность) игроков команды является объективным показателем, который выражается в итоговом количестве набранных очков (по системе «гол + пас») каждого игрока по окончании сезона, поэтому эти данные мы анализировали с разрешения хоккейного клуба.

Можно отметить, что первое звено является самым результативным по итогам сезона, а четвертое, наоборот, – самое непродуктивное (см. табл.).

Из таблицы видно, что в наиболее результативных звеньях (№1, №2) присутствует сочетание всех исследуемых личностных характеристик. При этом преобладание какой-то одной личностной черты (в данном случае это преобладание экстраверсии (как в звене №3), либо эмоциональной уравновешенности (как в звене №4)) соотносимо с более низкими итоговыми показателями продуктивности. Таким образом, мы можем увидеть, что взаимное дополнение игроков по их индивидуальным свойствам создает наиболее оптимальную совместимость в звене.

Таблица

Соотношение индивидуальных свойств хоккеистов, успешности решения моделированных игровых задач с результативностью их деятельности

Звено	Результативность % - вклад звена в общую продуктивность команды	Сочетание индивидуальных качеств	Ошибки при решении моделированных игровых задач
1	173 очка - 53,73 %	нейротизм, эмоциональная уравновешенность, экстраверсия, интроверсия (с, ф, х, м)	не было
2	70 очков - 21,74 %	нейротизм, эмоциональная уравновешенность, экстраверсия, интроверсия (с, ф, х, м)	были
3	61 очко - 18,94 %	нейротизм, эмоциональная уравновешенность, экстраверсия (х,с)	были
4	18 очков - 5,59 %	эмоциональная уравновешенность, интроверсия, экстраверсия (ф, с)	не было

Анализируя показатели первого и второго звена (как наиболее продуктивных) можно отметить, что в первом звене игроки давали абсолютно верные ответы на предложенные задачи, напротив, во втором звене – были сделаны ошибки. Необходимо отметить, что решение игровых задач отражает когнитивный компонент согласованности деятельности хоккеистов, который заключается в том, насколько спортсмены воспринимают сложившуюся обстановку на площадке, и поведенческий – то, какие действия они будут предпринимать (грамотное развитие игрового эпизода или, наоборот, проявление нецелесообразных действий). Следуя полученным результатам, можно отметить, что согласованность решений хоккеистов в конкретных игровых эпизодах так же повышает результативность игрового звена в целом (первое игровое звено).

Вместе с тем, обращая внимание на результаты второго и третьего звеньев, можно заметить, что в обоих случаях были сделаны ошибки при решении игровых заданий, но при этом продуктивность второго звена чуть выше, чем третьего. Между тем, во втором звене мы наблюдаем взаимосвязь всех исследуемых личностных свойств, а в третьем – только соотношение характеристик холерического и сангвинического типов темперамента. Все выше сказанное позволяет определить, что успешное разрешение игрового эпизода в целом оказывает влияние на продуктивность звена, но не столь существенное, как взаимодополнение игроков по их личностным особенностям. Т.е. можно сказать, что взаимодополнение личностных свойств спортсменов выступает ведущим фактором, влияющим на их совместимость, по отношению к грамотному решению тактических задач.

Анализируя результаты третьего и четвертого звена, следует отметить, что в четвертом звене, несмотря на правильные ответы, продуктивность «пятерки» оказалась

ниже, чем в третьем звене, в котором были ошибочные решения тактических задач. При этом в третьем звене мы наблюдаем преобладание импульсивных личностных свойств, а в четвертом – наоборот, спортсмены оказались более уравновешенными по своим индивидуальным особенностям. Это говорит о том, что для хоккея важно преобладание импульсивных, подвижных личностных свойств, так как именно такое сочетание способствует быстрому осмысливанию спортсменами игровых эпизодов и грамотному принятию последующих действий.

Подводя итог, следует отметить, что наиболее совместимым звеном можно назвать то, в котором оптимально сочетаются индивидуальные качества игроков, то есть присутствует взаимодополнение личностных характеристик спортсменов (при этом возможно некоторое преобладание игроков с импульсивными личностными свойствами). Это в сочетании с согласованностью в понимании наиболее грамотного развития игровой ситуации, несомненно, повышает результативность деятельности игроков.

### **Волевая регуляция личности в ситуации профессиональной дезадаптации**

***Шляпников Владимир Николаевич***

*Молодой ученый*

*ГОУ ВПО АСОУ, Москва, Россия*

*E-mail: corona0mundi@mail.ru*

Начало трудовой жизни является важной вехой развития личности в зрелом возрасте. Включение в профессионально-трудовую деятельность ведёт к коренной перестройке отношений человека с обществом и окружающими его людьми. В ходе этих изменений складывается совершенно новая социальная ситуация развития человека, в рамках которой он впервые начинает выступать в качестве субъекта труда. Приспособление человека к этим новым для него условиям и составляет сущность профессиональной адаптации, которая предполагает принятие на себя основных компонентов профессиональной деятельности: её задач, предмета, средств, способов и ценностных ориентаций (Маркова, 1996).

В процессе профессиональной адаптации перед человеком встаёт задача перестройки своей активности в соответствии с объективными требованиями и активностью других людей, в осуществлении которой решающую роль играет волевая регуляция, как высший личностный уровень произвольной регуляции (Абульханова-Славская, 1982). Таким образом, мы можем предположить, что волевая регуляция претерпевает значительные изменения в ходе профессиональной адаптации личности.

Для проверки этой гипотезы мы провели исследование состояния волевой регуляции у молодых специалистов с различным стажем работы. Исследование проводилось на базе одного из НПЦ города Москвы. В качестве объекта исследования выступали молодые специалисты предприятия из числа научных и инженерно-технических работников. Всего в исследовании приняло участие 136 человек. Для проверки гипотезы все обследуемые были разделены нами на три группы в зависимости от величины их профессионального стажа: в первую группу вошли молодые специалисты со стажем до 1 года (53 человека), во вторую группу вошли молодые специалисты со стажем от 1 года до 3 лет (52 человека), в третью группу вошли сотрудники предприятия со стажем работы от 3 до 5 лет (31 человек).

Для оценки различий в состоянии волевой регуляции использовались формализованная модификация методики самооценки (СО) Дембо-Рубинштейн, в которую вместо классических шкал был включён список из десяти волевых качеств: *ответственный, дисциплинированный, целеустремлённый, принципиальный,*

*обязательный, настойчивый, решительный, волевой, инициативный, выдержанный* (Иванников, Эйдман, 1990), а также «Вопросник для выявления выраженности самоконтроля в эмоциональной сфере, деятельности и поведении (Г.С. Никифоров, В.К. Васильев, С.В. Фирсова) (Ильин, 2000).

В результате нами было обнаружено, что с увеличением стажа молодых специалистов по ряду качеств (*решительный* -  $\chi^2(2)=5.523$ ,  $p=0.05$ , *волевой* -  $\chi^2(2)=9.822$ ,  $p<0.01$ , *целеустремлённый* -  $\chi^2(2)=11.069$ ,  $p<0.01$ , *ответственный* -  $\chi^2(2)=7.797$ ,  $p=0.01$  и *настойчивый* -  $\chi^2(2)=5.937$ ,  $p=0.05$ ) наблюдается снижение уровня волевой самооценки, а по ряду (*решительный* -  $\chi^2(2)=6.104$ ,  $p=0.05$ , *дисциплинированный* -  $\chi^2(2)=7.031$ ,  $p=0.05$  и *выдержанный* -  $\chi^2(2)=5.895$ ,  $p=0.05$ ) снижение уровня их значимости. Также между сравниваемыми группами наблюдаются различия в способности к эмоциональному самоконтролю ( $F(2,110)=3.189$ ,  $p=0.05$ ). Показатели выраженности самоконтроля в эмоциональной сфере значимо выше в группе молодых специалистов со стажем до 1 года по сравнению со специалистами со стажем свыше 3х лет.

Таким образом, с увеличением стажа у молодых специалистов наблюдается снижение уровня волевой активности. Мы полагаем, что обнаруженные различия между группами с различным стажем могут быть связаны с нарушениями профессиональной адаптации молодых специалистов.

Для оценки успешности профессиональной адаптации нами использовались методики: «Изучение факторов привлекательности профессии» В.А. Ядова (модификация Н.В. Кузьминой, А.А. Реана) (Реан, 2001), «Тест смысложизненных ориентаций СЖО» (Д.А. Леонтьев, 2000).

В результате нами было обнаружено, что в среднем молодые специалисты со стажем менее 1 года оценивают свою профессию как более привлекательную, чем специалисты со стажем от 1 года до 3х лет и со стажем свыше 3х лет ( $\chi^2(2)=5.847$ ,  $p=0.05$ ). Помимо этого значения интегрального показателя ТСЖО в третьей группе, в среднем значимо ниже, чем в первой и второй группах ( $F(2,113)=4.808$ ,  $p=0.01$ ).

Основываясь на полученных результатах, мы можем предположить, что в процессе профессиональной адаптации степень привлекательности профессии, а также уровень удовлетворённости молодыми специалистами актуальным состоянием их жизни в целом уменьшается. Данные изменения мы склонны рассматривать в качестве показателя профессиональной дезадаптации, так как они свидетельствуют об утрате молодыми специалистами интереса к выбранной профессии и разочаровании в ней. В подобной ситуации, когда уровень личностной вовлечённости работника в трудовой процесс снижается, уменьшается роль волевой регуляции в профессиональной деятельности.

Таким образом, мы можем заключить, что в процессе профессиональной адаптации состояние волевой регуляции претерпевает изменения. В ситуации профессиональной дезадаптации эти изменения носят негативный характер и состоят в снижении уровня волевой активности. Отсутствие личностной вовлечённости и отчуждение человека от трудового процесса приводят к уменьшению степени вовлечённости волевой регуляции в осуществлении профессиональной деятельности. В связи с этим перед службами управления персоналом встаёт задача создания оптимальных условий организации процесса профессиональной адаптации, способствующих наиболее полной реализации молодыми специалистами волевых ресурсов.

### Литература

1. Абульханова-Славская К.А. Личностные механизмы регуляции деятельности // Проблемы психологии личности, М., 1982.
2. Иванников В.А., Эйдман Е.В. Структура волевых качеств по данным самооценки // Психологический журнал 1990, №3.

3. Ильин Е.П. Психология воли С-Пб., 2000.
4. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) М., 2000.
5. Маркова А.К. Психология профессионализма, М., 1996.
6. Реан А.А. Практическая психодиагностика личности, С-Пб, 2001.

### **Особенности образа профессии вожатого в связи с уровнем креативности**

***Япрынцева Надежда Геннадьевна***

*студентка*

*Воронежский государственный университет, Воронеж, Россия*

*E-mail: umkosha@mail.ru*

#### **Введение**

Каждое лето родители сталкиваются с проблемой отдыха своих детей. Очень часто они отправляют их в детские летние или оздоровительные лагеря, санатории или центры отдыха. На протяжении трех - четырех недель с детьми постоянно взаимодействуют вожатые, воспитатели, комиссары и т.д. Обычно в этой роли выступают не профессиональные педагоги, а студенты вузов. С одной стороны, это дает детям огромное преимущество: вожатые, которые еще совсем недавно сами были детьми, гораздо активнее, веселее, чем взрослые профессиональные педагоги. С другой стороны, довольно часто случаются ситуации, когда юноша или девушка, приезжая работать вожатым, не вполне точно представляет себе деятельность, которой он будет заниматься. Как правило, это связано с тем, что в большинстве лагерей, санаториев и центров отдыха не действуют постоянные педагогические коллективы. Вожатые набираются туда ежегодно случайным образом. Довольно часты ситуации, когда они даже не проходят никакой специальной подготовки: ни педагогической, ни психологической, ни медицинской. Таким образом, можно предположить, что у большинства будущих вожатых не сформирован адекватный образ профессии. Творчество занимает не последнее место в деятельности вожатого, поскольку он несет ответственность не только за жизнь и здоровье детей, но и за их досуг. Креативность зачастую рассматривается как одно из профессионально важных качеств вожатого, большинство авторов, да и сами вожатые отмечают необходимость творческого, креативного подхода к профессиональной деятельности. Вполне вероятно предположить, что вожатые с более высоким уровнем креативности будут гораздо более успешны как профессионалы, чем те, у которых уровень креативности не столь высокий. Успешность профессиональной деятельности, в свою очередь, оказывает значительное влияние на формирование образа профессии. Отсюда можно предположить, что лица с высоким уровнем креативности будут обладать некоторыми особенностями образа профессии вожатого, а именно, его большей дифференцированностью и большим количеством позитивных характеристик. Опыт практической деятельности показывает, что позитивным образом профессии вожатого могут обладать и лица с достаточно низким уровнем креативности. Таким образом, проблема исследования заключается в противоречии между теоретическими данными и опытом практической деятельности.

#### **Методы**

Целью данного эмпирического исследования является выявление особенностей образа профессии вожатого у лиц с разным уровнем креативности. В связи с поставленной целью выдвигается гипотеза:

- о наличии некоторых особенностей образа профессии вожатого у лиц с разным уровнем креативности, а именно, образ профессии вожатого у людей с высоким уровнем креативности является более позитивным, т.е. обладает более высокой

оценкой, активностью и силой, чем образ профессии людей с низким уровнем креативности;

- о наличии связи между характеристиками реального и идеального образа профессии вожакого у людей с низким уровнем креативности.

Базой исследования служил ДСОЛ «Ейск» (г. Ейск). В качестве объекта эмпирического исследования выступали студенты 1 – 4 Воронежского государственного университета. Общее количество испытуемых составило 67 человек. В данном исследовании нами был использован комплекс диагностических методик: методика личностного дифференциала (как вариант метода семантического дифференциала Ч. Осгуда), фигурный тест креативности П. Торренса, проективная методика «Рисунок профессии».

#### Результаты

Анализируя, выявленные у испытуемых образы профессии вожакого, можно отметить, что большая часть испытуемых склонна позитивно оценивать себя как профессионала, обращая внимание, как на собственные достоинства, так и на недостатки. Что касается образа идеального вожакого, то большая часть испытуемых склонна оценивать его довольно позитивно – как человека активного, общительного, волевого, уверенного в себе. В то же время, большинство испытуемых относятся к вожакому-профессионалу достаточно критично, считают данную профессию непривлекательной. Результаты качественного анализа рисунков профессии дают возможность говорить о некоторых различиях в образе профессии вожакого у лиц с разным уровнем креативности. В частности, лица с высокими показателями разработанности по тесту П. Торренса обладают более детализованным, разработанным, богатым деталями образом профессии. Кроме того, отличается и оригинальность образа профессии, его наполненность позитивными характеристиками. Об этом свидетельствует более частое использование теплых цветов, таких как оранжевый, желтый, красный. Нам удалось установить, что существует связь между реальным и идеальным образом профессии вожакого, вне зависимости от уровня креативности: оригинальности и разработанности. По нашему мнению, подобные результаты могут быть связаны с тем, что фактор активности тесно связан с темпераментальными особенностями личности, в частности с ее экстравертированностью – интравертированностью. Поскольку данные характеристики имеют скорее врожденный, либо приобретенный в ранние годы жизни, они, вероятно, являются более устойчивыми, чем те, которые описываются факторами силы и оценки. Кроме того, важно обратить внимание на то, что в исследовании принимали участие испытуемые, уже имевшие опыт работы вожакими. Поэтому вполне вероятно, что на оценку ими самого себя и идеального профессионала оказал влияние индивидуальный стиль деятельности, который у них сложился. Возможно, именно поэтому экстравертированные, общительные испытуемые более склонны считать и саму профессию, и идеального профессионала человеком активным, общительным, достаточно импульсивным. В то же время вожакие обладающие скорее интравертированными чертами, более склонны оценивать идеального профессионала как человека уравновешенного, спокойного, с устойчивыми эмоциональными реакциями. Таким образом, выдвинутая нами эмпирическая гипотеза частично подтвердилась. Мы можем сделать вывод о наличии некоторых различий в образе профессии вожакого в связи с уровнем креативности, однако различия эти проявляются скорее на неосознаваемом уровне.

На основе проведенного исследования можно дать следующие рекомендации в целях оптимизации подготовки будущих вожаких. Во-первых, основываясь на утверждении о том, что креативность не является статичным феноменом и поддается развитию, можно предложить проведение тренингов или занятий, направленных на развитие креативности. Во-вторых, в ходе подготовки будущих вожаких было бы



полезно обращать внимание на то, какими чертами должен обладать профессионал. В связи с этим можно предложить проводить диагностику, направленную на профотбор работников. Это позволило бы оптимизировать как деятельность руководителей педагогических отрядов, так и самих вожатых. На основе профотбора возможна организация тренинговых и развивающих занятий, а также работы, направленной на коррекцию, либо на развитие некоторых личностных черт будущих вожатых. И, наконец, в ходе подготовки вожатых было бы полезно формировать более четкий образ профессии: информировать их о достоинствах и недостатках данной деятельности, о возможных затруднениях и способах их разрешения и т.д. Это позволит сделать образ профессии более адекватным, избавиться от страхов, что в свою очередь окажет положительное влияние на результаты профессиональной деятельности. Поскольку образ профессии во многом связан с возможностью добровольного ее выбора, рекомендуется давать студентам альтернативные базы для прохождения педагогической практики.

### Литература

- 1.Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – Ростов-на-Дону, 1996. – 225 с.
- 2.Борзенкова И.В. Психология творчества / И.В. Борзенкова. - Курск, 2002. – 68 с.

### **Взаимосвязь стрессоустойчивости с профессионально важными качествами операторов телекоммуникационных сетей**

*Яценко Надежда Алексеевна*

*аспирантка*

*Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Россия*

*E-mail: ldikaya@psyf.rsu.ru*

Интерес исследователей к вопросам, связанным со стрессом и механизмами формирования стрессоустойчивости человека в условиях профессиональной деятельности, всегда был и остается актуальным для инженерной психологии, что отражено в работах К.К. Платонова (1948), В.Л. Марищука (2001), В.В. Суворовой (1975), Л.Г. Дикой (2003), Е.П. Ильина (2005) и др. Значительная часть исследований стрессоустойчивости связана с профессиональной деятельностью операторов в различных отраслях промышленности (Гуревич К.М., Матвеев В.Ф., 1966; Зильберман П.Б., 1974; Горбов Ф.Д., Лебедев В.И., 1975; Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А., 1985).

Практика показывает, что стрессоустойчивость операторов телекоммуникационных сетей при возникновении экстремальных производственных ситуаций, связанных с повреждением магистральных телекоммуникационных линий, позволяет не только предотвратить потери от возможных аварий, катастроф в работе железнодорожных и авиационных транспортных систем, но и повысить эффективность операторской деятельности, препятствует профессиональному выгоранию операторов. В этом смысле актуальной становится разработка критериев оценки объективных профессионально важных качеств (ПВК) операторов в сфере телекоммуникационной связи.

Практическая актуальность проблемы стрессоустойчивости отразилась в цели исследования – изучение взаимосвязи стрессоустойчивости профессионально успешных операторов телекоммуникационных сетей с другими профессионально важными качествами в различных условиях экстремальных производственных ситуаций.

Предметом исследования стали стрессоустойчивость, эмоциональное выгорание и профессионально важные качества операторов телекоммуникационных сетей.

Гипотезы исследования:

1. Предполагается, что взаимосвязь стрессоустойчивости с ПВК специфична для операторов телекоммуникационных сетей, наиболее успешных в условиях ожидания стрессовой производственной ситуации и для операторов, наиболее успешных в условиях самой стрессовой производственной ситуации.

2. Среди ПВК операторов, связанных со стрессоустойчивостью, можно выделить как универсальные, независящие от особенностей производственной ситуации, так и специфичные.

В качестве объекта исследования выступили операторы диспетчерского отдела компании «КавказТрансТелеКом» в количестве 22 человек в возрасте от 25 до 38 лет.

Эмпирическое исследование стрессоустойчивости операторов осуществлялось при помощи методик «Тест самооценки стрессоустойчивости» С. Коухена и Г. Виллиансона (Щербатых Ю.В., 2005) и «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко (Ильин Е.П., 2005). Степень выраженности профессионально важных качества у операторов изучалась при помощи экспертной оценки по критериям, выявленным при анализе должностных инструкций сотрудников диспетчерского отдела, а также с помощью психодиагностических методик. Для моделирования различных производственных ситуаций применялся метод видеотренинга.

В результате исследования было выявлено, что наиболее значимые ПВК операторов отражают определенные поведенческие реакции личности в стрессовой ситуации (способность быстро принимать решения и реагировать), волевые качества личности (исполнительность и ответственность), свойства внимания (устойчивость, переключаемость, распределение и концентрация), виды памяти (оперативную и долговременную) и гибкость мышления.

Анализ успешного поведения операторов с разной степенью стрессоустойчивости в различных производственных ситуациях позволил выделить универсальные ПВК, независящие от особенностей производственной ситуации (исполнительность, ответственность, гибкость мышления), и специфичные ПВК применительно к конкретной производственной ситуации. Способность быстро принимать решения и реагировать в экстренных ситуациях, переключаемость внимания во взаимосвязи со стрессоустойчивостью способствуют профессиональной успешности операторов в экстренных производственных ситуациях. Высокий уровень устойчивости, распределения и концентрации внимания отражает ПВК стрессоустойчивых операторов в условиях ожидания экстренной производственной ситуации.

Таким образом, в проведенном исследовании выявлены универсальные ПВК операторов телекоммуникационных сетей, детерминированные устойчивыми личностными образованиями и отражающими их стрессоустойчивость в профессиональной деятельности в целом, и специфичные ПВК, детерминированные психическими функциями и взаимосвязанные со стрессоустойчивостью в конкретных производственных ситуациях.

Подтверждена гипотеза специфичности взаимосвязи стрессоустойчивости операторов телекоммуникационных сетей с их ПВК в условиях ожидания стрессовой производственной ситуации и в условиях самой стрессовой производственной ситуации.

### Литература

1. Горбов Ф.Д., Лебедев В.И. Психоневрологические аспекты труда операторов. - М.: Медицина, 1975. -207с.
2. Гуревич К.М., Матвеев В.Ф. О профессиональной пригодности операторов и способах её определения. // Вопросы профессиональной пригодности оперативного персонала энергосистем. - М.: 1966.

3. Дикая Л.Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход).- М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2003. -318 с.
4. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А., Пономаренко В.А. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях. Психологический аспект. - Минск: Изд-во Университетское, 1985. -206 с.
5. Зильберман П.Б. Эмоциональная устойчивость оператора //Очерки психологии труда оператора. - М., 1974.
6. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. – СПб.: Питер, 2005. – 412 с.
7. Маришук В.Л., Евдокимов В.И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. – СПб., 2001. – 260 с.
8. Платонов К.К., Шварц Л.М. Очерки психологии для летчиков. М.: Воениздат, 1948, 191 с.
9. Суворова В.В. Психофизиология стресса - М.: «Педагогика», 1975.
10. Щербатых Ю.В. Психология стресса. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. - 304 с.