

- Психология повседневного и травматического стресса: угрозы, последствия и совладание. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Психология, управление, бизнес: проблемы взаимодействия. Тверь: Изд-во ТвГУ, 2016.
- Психофизиологическая оценка уровня подготовленности и степени готовности работников локомотивных бригад с использованием тренажерных комплексов: методические рекомендации. М., 2007.
- Семёнов В. Е. Российская полиментальность и социально-психологическая динамика на перепутье эпох. СПб., 2008.
- Сергиенко Е. А., Журавлев А. Л., Тарабрина Н. В., Харламенкова Н. Е. Современные аспекты исследования повседневного и травматического стресса (вместо предисловия) // Психология повседневного и травматического стресса: угрозы, последствия и совладание. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 5–24.
- Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015.
- Современные тенденции развития психологии труда и организационной психологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015.
- Социальная психология труда: Теория и практика. Том 2 / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Л. Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010.
- Социально-психологическая оценка рисков современной реальности: очевидное и вероятное / Под науч. ред. О. А. Белобрыкиной. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2017.
- Стресс, выгорание, совладание в современном контексте. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011.
- Тарабрина Н. В., Журавлев А. Л. Психологическая безопасность: на пути к комплексным, междисциплинарным исследованиям (вместо предисловия) // Проблемы психологической безопасности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. С. 5–21.

Психологическая безопасность личности в профессиональной деятельности

*Р. В. Агузумцян, В. Р. Папоян, А. С. Галстян, Е. Б. Мурадян,
Д. Ю. Саргсян, Ц. С. Амирян*

Введение

Развитие современного общества неразрывно связано с предъявлением новых требований к различным сферам профессиональной деятельности и в плане содержания самой деятельности, и в отношении условий труда. Исследование воздействий различных видов деятельности на человека с точки зрения психологической безопасности становится все более значимым и актуальным.

Безопасность в психологии рассматривается в качестве одной из главных потребностей человека, удовлетворение которой необходимо для его жизни: «В группе основных потребностей человека потребность в безопасности и защите от всего, что ставит под удар жизнь и здоровье, стоит одной из первых и определяет социальное поведение людей, формируя те или иные мотивы поведения» (Психология личности, 2007, с. 581).

Наиболее точным определением психологической безопасности является ее трактовка, в соответствии с которой психологическая безопасность рассматривается как «интегративная характеристика субъекта, отражающая степень удовлетворенности его базисной потребности в безопасности и определяемая по интенсивности переживания психологического благополучия/неблагополучия» (Журавлев, Тарабрина, 2012, с. 9). Центральным компонентом психологической безопасности следует считать личностную безопасность (Харламенкова, 2012а, б), психологическую безопасность личности (Харламенкова и др., 2017).

Когда речь идет о психологической безопасности личности как интегративном понятии, то его содержательная нагрузка еще более усложняется, так как не сводится просто к удовлетворению че-

ловеческой потребности в безопасности, в защищенности на уровне выживания индивида, а подразумевает удовлетворенность, психологический комфорт личности, испытываемый ею от собственного социального поведения, направленного на удовлетворение потребности в безопасности, от окружения и среды, в которых осуществляется жизнедеятельность человека, от функционирования социальных институтов, обеспечивающих психологическую безопасность. Полноценное функционирование личности в социуме во многом фактически определяется переживанием ею психологической безопасности, так как это переживание способствует созданию благоприятных условий для личностного и духовного роста, удовлетворению высших социальных потребностей. Исходя из сказанного, особое значение приобретает осмысление человеком тех факторов и тех сфер жизнедеятельности, которые являются для него наиболее значимыми с точки зрения переживания психологической безопасности.

Так, согласно логике системного подхода как общенаучной методологии познания личности, возможно рассмотрение человека как «элемента, который живет одновременно многими мирами – миром семьи, миром этноса, миром класса, миром природы и общества... а ключ к пониманию природы человека лежит не в нем самом... а в тех различных системах, в которых осуществляется его жизнь» (Асмолов, 2007, с. 81).

В научно-исследовательской лаборатории ЕГУ «Психологии личности и профессиональной деятельности» в результате эмпирических исследований были выявлены наиболее важные сферы жизнедеятельности для респондентов и представлена их ранговая последовательность с точки зрения их значимости для переживания человеком психологической безопасности: Семья, Здоровье, Работа, Дружья (Проблемы психологической безопасности личности, 2013).

Ранее представленные материалы относительно связи указанных сфер жизнедеятельности с переживанием человеком психологической безопасности выявили необходимость более дифференцированного и углубленного исследования профессиональной деятельности человека в контексте психологической безопасности личности.

Профессиональная деятельность может стать для человека тем жизненным ориентиром, смыслом, ради которого он живет, преодолевает любые трудности. Профессиональная деятельность, являясь «смыслом жизни» или нет, для большинства людей выступает в роли источника дохода, обеспечивающего человеку выживание на биологическом уровне и социальный статус для выживания в об-

ществе. Поэтому одна из главных задач общества на сегодняшний день состоит в формировании личности, мотивированной на профессиональный рост, гибко реагирующей на запросы современности, на появление новых видов деятельности, способной к самообразованию, самосовершенствованию, самоактуализации и самореализации.

Мотивация как фактор психологической безопасности субъекта профессиональной деятельности

Проблеме мотивации профессиональной деятельности уделяется огромное внимание, так как именно с ней связываются такие технические характеристики деятельности, как успешность, эффективность, результативность, и такие гуманистические тенденции, как развитие личности в процессе деятельности, обретение человеком «смысла жизни», его стремление к самоактуализации и самореализации, к переживанию человеком удовлетворенности жизнью, психологической безопасности (Климов, 1996; Бодров, 2012; и др.).

Несмотря на то внимание, которое уделяется этой важной и сложной проблеме, остается много вопросов, требующих своего решения (Хекхаузен, 1986). Аналитический обзор существующих подходов к исследованию мотивации в рамках «деятельностной традиции» позволяет выделить: 1) личностный подход, при котором особое внимание уделяется субъекту деятельности; 2) процессуальный подход, при котором акцент делается на изучении процесса субъект-объектного взаимодействия; 3) объектный подход (Носс, 2005). Объект, субъект и субъект-объектное взаимодействие как составные части деятельностного процесса рассматриваются на различных уровнях теоретического осмысления проблемы мотивации – психофизиологическом, психологическом, социально-психологическом, что позволяет ориентироваться в теоретических позициях исследователей, изучающих проблему мотивации профессиональной деятельности.

В связи с направленностью наших исследований, обратимся к психологическому уровню анализа мотивации (Носс, 2005).

Во-первых, в рамках личностного подхода термин «мотив» может пониматься как стремление к определенному эмоциональному состоянию; как условие отношения человека к предметам, явлениям; как свойство (черта) личности; как потребность в определенном виде деятельности; как познавательный процесс, интерес; как связь между познавательной и волевой сферами личности; как знания, умения, навыки человека.

Во-вторых, в рамках процессуального подхода, трактовка термина «мотив» сводится к потребности в гомеостатическом равновесии со средой, к воздействию ситуации или среды на личность, к процессу познания окружающей действительности.

В-третьих, в рамках объектного подхода термин «мотив» может определяться как фактор внешней среды (внешний стимул), а также в качестве мотива, исходящего от содержания деятельности; ее результата; ситуации; организации, способа и модели деятельности; самого процесса деятельности; предмета и объекта деятельности.

Представленная систематизация теоретических подходов к анализу мотивации хотя и носит упрощенно-схематический характер, тем не менее является надежным ориентиром для столь неоднозначной области исследования.

Изучение влияния мотивации на успешность, продуктивность профессиональной деятельности связано с учетом не только силы мотивации (закон Йеркса–Додсона), но и ее качественной структуры, т. е. отношения мотива к самой деятельности: как внешнего положительного, внешнего отрицательного и внутреннего (Реан, 2008). Особый интерес представляют данные относительно того, что положительная внешняя профессиональная мотивация наряду с внутренней может компенсировать даже недостаточные способности. Однако идея некоторых исследователей о делении мотивов только на положительные и отрицательные (Реан, 2008), на наш взгляд, с одной стороны, не будет способствовать тонкой дифференциации мотивов, с другой — ограничит возможность понимания механизма воздействия внешних положительных мотивов на деятельность личности, их сходства и различия при сопоставлении с психологическим механизмом воздействия внутренних мотивов на личность.

Мотивированность человека на те или иные виды деятельности в контексте психологической безопасности личности можно рассматривать как необходимость, так как только работа-призвание приносит человеку наиболее полное удовлетворение (Селигман, 2006). Не случайно подчеркивается, что «задача повышения качества жизни в аспектах сознания и самосознания индивида» связывается с известным феноменом «поглощенности деятельностью» или феноменом «потока», относящимся к внутренней мотивации, когда человек получает удовлетворение от самого процесса деятельности, когда «причину следует искать не в глубинах бессознательного, не в особенностях стимульного окружения и не в потребности самоактуализации, а в сфере непосредственных сознательных переживаний, возникающих по ходу деятельности» (Дормашев, Романов, 2009, с. 384).

Функциональная нагрузка переживания человеком потока может заключаться «в стимуляции роста данного организма... в смысле реализации его возможностей и даже последующего выхода за их пределы» (Психология мотивации и эмоций, 2009, с. 386–387), а феномен «поглощенности деятельностью» может быть объяснен в рамках объектного подхода к изучению мотивации на психологическом уровне.

Именно продуктивная деятельность обеспечивает человеку «удовлетворенность жизнью», когда удовлетворяются материальные, духовные, социальные потребности субъекта деятельности, способствует формированию личностной идентичности, социальной идентичности, придает жизни цель и личностный смысл (Майерс, Динер, 2009).

Продуктивная профессиональная деятельность, переживание человеком поглощенности деятельностью, состояние потока — все это связано с процессом самореализации человека. Придерживаясь понимания феномена самореализации как непрерывного процесса, способствующего развитию и раскрытию человеческого потенциала на протяжении жизни (Профессиональная самореализация личности..., 2009), в наших исследованиях особое внимание уделялось внешним и внутренним факторам, детерминирующим поведение личности, направленное на продуктивную самореализацию в различных сферах профессиональной деятельности.

Внешние факторы рассматривались на двух уровнях взаимодействия субъекта деятельности с социумом: на макроуровне (речь идет о социально-политических, социально-экономических и социальных факторах в глобальном масштабе) и микроуровне (имеются в виду социально-экономические и социальные факторы в конкретных условиях) (Профессиональная самореализация личности..., 2009).

Рассмотрение в качестве внутренних факторов сложных личностных характеристик, например, таких, как уровень самосознания, ценностные ориентации, воля, жизнестойкость, локус контроля и другие, объяснялось их значительным влиянием на самореализацию в профессиональной деятельности. Логично рассматривать такое влияние в связи, во-первых, с идеей «психологического потенциала человека» как «системы психологических свойств», от которых зависит «возможность успешной жизнедеятельности человека в разных сферах жизни и видах деятельности» (Качество жизни..., 2009, с. 107), и, во-вторых, с концепцией «личностного потенциала», под которым подразумеваются личностные особенности, устойчивые характеристики, являющиеся основанием системной организа-

ции личности в целом и связанные «с психологическим здоровьем, зрелостью и успешностью деятельности в самом широком смысле слова» (Леонтьев, Осин, 2007, с. 4). Понятно, что успешность профессиональной деятельности во многом зависит от личностных особенностей профессионала, их соответствия выбранной профессии. Учитывая широкий диапазон внешних и внутренних факторов, детерминирующих успешность профессиональной деятельности, а также нюансы каждого из рассматриваемых подходов к изучению мотивации профессиональной деятельности на психологическом уровне, рассмотрим особенности переживания человеком психологической безопасности в профессиях разного типа.

Переживание психологической безопасности в профессиях «человек—человек»

В профессиях «человек—человек», в частности, в сферах педагогики и медицины, переживание личностью психологической безопасности связано с таким взаимодействием и общением субъектов, которое носит личностно-доверительный характер и исключает проявления насилия (Обеспечение психологической безопасности, 2006). Проблемы, возникающие в этих профессиях, чаще всего связаны с необходимостью, согласно этическим и деонтологическим нормам, «учитывать, знать и сохранять неповторимую индивидуальность каждого человека — объекта и продукта своего труда» (Безносков, 2004, с. 75).

Например, медицинские работники и врачи без учета индивидуальных особенностей пациентов не в состоянии составить ясное представление о субъективной картине болезни. Если в профессиях другого типа, например «человек—техника», возможна стандартизация технологий взаимодействия специалиста с объектом труда, то работа с человеком как «объектом» труда предполагает наличие у специалиста особых эмпатических свойств, способности к индивидуализации технологий взаимодействия с «объектом» труда. Не случайно то, что наиболее «уязвимыми» в плане деформации и эмоционального выгорания личности считаются профессии типа «человек—человек» (Безносков, 2004).

Влияние объекта труда (другого человека) на профессионала в плане субъект-субъектного взаимодействия в наибольшей степени является причиной возникновения ряда профессиональных деформаций, эмоционального выгорания. На появление и степень выраженности синдрома эмоционального выгорания влияет множество факторов. Наиболее тесную связь с выгоранием имеет возраст и стаж

работы в профессии. Показано, что средний медицинский персонал психиатрических клиник «выгорает» через 1,5 года после начала работы, а социальные работники начинают испытывать данный симптом через 2—4 года. Склонность более молодых по возрасту работников к выгоранию объясняется эмоциональным шоком, который они испытывают при столкновении с реальной действительностью, часто не соответствующей их ожиданиям (Maslach et al., 2001; Maslach, 2003). Однако кризисам подвержены работники и в более зрелом возрасте, так рассматривается кризис четвертого и пятого десятилетий, проявляющийся у человека в характерных для этого состояния переживаниях, связанных с утратой новизны, снижением уровня профессионализма, понижением самооценки в связи с переживанием исчерпанности своих возможностей (Поведская, 2007).

Американский психолог и психиатр Фреденберг, который в 1974 г. ввел в научный обиход понятие синдрома эмоционального выгорания (Профессиональная деформация личности, 2009), сначала включил в эту группу специалистов кризисных центров и психиатрических клиник, а уже позже — представителей практически всех профессий, требовавших перманентного и тесного общения человека с человеком (см.: Буртовая, 2010). Это понятие получило последующее развитие в работах Кристины Маслач и ее сотрудников, в которых оно характеризовалось как синдром физического и эмоционального выгорания, включающий в себя негативное отношение к работе, недостаток, а порой и полное отсутствие понимания и сочувствия к своим клиентам, а также низкую самооценку (Maslach, Jackson, 1981). Аналогичные результаты были получены в исследованиях российских авторов (Безносков, 1989; Орёл, 2005; Водопьянова, 2011; и др.).

Для рассмотрения проблемы психологической безопасности представляет интерес понимание синдрома эмоционального выгорания как особой формы экзистенциального вакуума, в которой ведущим симптомом и главной характеристикой является истощение. Помимо ведущего указываются три дополнительных симптома: деперсонализация (как дегуманизация), переживание собственной неэффективности и витальная нестабильность. Эти симптомы являются первыми признаками развития «предсуицидального состояния» (Лэнгле, 2008).

В. Шауфели, Д. Дирендонк рассматривают эмоциональное выгорание как двухкомпонентную структуру, включающую эмоциональное истощение и деперсонализацию. Первый компонент, называемый «аффективным», относится к сфере жалоб на свое здоровье,

физическое самочувствие, нервное напряжение, эмоциональное истощение. Второй — деперсонализация — проявляется в изменении отношений либо к пациентам, либо к себе. Его называют «установочным» (Schaufeli, Dierendonck, 1996).

Однако преобладающим остается понимание эмоционального выгорания как трехмерного конструкта, включающего эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию личных достижений (Maslach, Jackson, 1981). С. Маслач с соавт. акцентируют внимание на профессиональном характере синдрома выгорания, трактовке его «как результата профессиональных проблем, а не как психиатрического синдрома», в этом отличительная особенность данной позиции (Maslach, Schaufeli, Leiter, 2001). Анализ исследований содержания синдрома эмоционального выгорания свидетельствует о том, что большинство авторов выделяют в качестве основных симптомов эмоциональное истощение, изменение взаимодействия в профессиональной сфере, изменение отношения к себе как профессионалу и личности. Показано, что у «выгоревших» на работе людей снижается трудовая мотивация, развивается безразличие к работе, ухудшаются качество и производительность труда (Безносков, 1989; Орел, 2005; и др.).

Интенсивность общения, степень активности контактов особенно высока в педагогической деятельности, поэтому педагоги наряду с медиками и социальными работниками наиболее подвержены риску эмоционального выгорания. Основные проявления синдрома эмоционального выгорания у педагогов: эмоциональная сухость, скупость в проявлении эмоций, личностная отстраненность, агрессивность, игнорирование индивидуальных особенностей учащихся. Такая профессиональная деформация сильно препятствует эффективному управлению учебным процессом и негативно сказывается на личностном развитии учащихся (Дикая, 2012), поэтому чрезвычайно актуально своевременное выявление признаков эмоционального выгорания у педагогов.

В группу риска возникновения синдрома профессионального выгорания входят также сотрудники спасательных служб, в частности персонал МЧС, что обусловлено спецификой их профессии, связанной не только со спасательными работами (пожаротушение, спасение жертв наводнения, природных катастроф и других экстремальных происшествий), но и ликвидацией последствий несчастных случаев (например, дорожно-транспортное происшествие) (Профессиональная и медицинская реабилитация спасателей, 2009). Деятельность сотрудников МЧС сопряжена со значительным физичес-

ким и нервно-психическим напряжением: высокая ответственность за людей, огромная степень личного риска, умение быстро ориентироваться и принимать решения в условиях острого дефицита времени, необходимость заботиться о сохранности материальных ценностей и имущества пострадавших граждан, а также регулярные суточные дежурства, нарушающие нормальный режим сна и бодрствования и способствующие развитию дезадаптивных процессов. Эти факторы создают благоприятную почву для развития переутомления, негативных функциональных состояний, становятся причиной заболеваний и травматизма. Личный состав МЧС должен знать и уметь пользоваться не только спасательной техникой, но и владеть основами первой доврачебной и допсихологической помощи (Психологический отбор кандидатов на службу в ГПС МЧС России, 2003).

В отличие от профессий типа «человек—человек», в которых специалист подвержен высокому риску быть вовлеченным в процесс эмоционального выгорания, профессии типа «человек—техника» менее «уязвимы» в этом плане. Например, в профессиограмме программиста, помимо других характеристик деятельности, выделяется ее структура в виде последовательного решения профессиональных задач, их психологическое содержание и соответствующий структуре и содержанию набор профессионально важных качеств (Ляукин, 2000).

Таким образом, небезосновательным представляется вывод, что синдром эмоционального выгорания характерен для любой деятельности, которая связана с активным общением, интенсивными контактами с коллегами и клиентами. Синдром эмоционального выгорания, развиваясь, вызывает изменения личностной структуры специалиста, что, в свою очередь, препятствует эффективному осуществлению его профессиональной деятельности (Салогуб, 2014).

Эмпирическое исследование особенностей психологической безопасности в профессиях «человек—человек»

В исследовании приняли участие 90 человек в возрасте от 22 до 55 лет, которые были равномерно распределены в три группы: специалисты педагогической сферы (учителя), представители сферы искусства (искусствоведы) и сотрудники службы по ликвидации чрезвычайных ситуаций (спасатели).

Для выявления особенностей переживания психологической безопасности в зависимости от профессионального стажа общая выборка распределялась на группы: молодые специалисты (22—35 лет) и специалисты со стажем (36—55 лет).

Методики исследования

В соответствии с поставленной целью использовались следующие методики:

- «Шкала мотивации профессиональной деятельности», позволяющая выявить ее внутреннюю и внешнюю мотивацию (Батаршев и др., 2007). Внутренняя мотивация (ВМ) включает следующие показатели – удовлетворение от самого процесса и результата работы и возможность наиболее полной самореализации именно в данной деятельности. Внешняя мотивация представлена как внешняя положительная (ВПМ – денежный заработок, стремление к продвижению, возможность продолжения профессионального обучения, потребность в достижении социального престижа и уважения со стороны других), так и внешняя отрицательная (ВОМ – стремление избежать критики, возможных наказаний и неприятностей).
- «Оценка психической активности и эмоционального тонуса» (Н. А. Курганский, Т. А. Немчин), которая включает следующие факторы: активность, интересы, тонус, напряженность и комфорт (Батаршев, 2004).
- Личностный опросник «Мини-Мульт» представляет собой сокращенный вариант ММРІ. Вопросы касаются состояния психического здоровья, составляющего основу характера личности (Батаршев, 2004).

«Шкала оценки психологической безопасности личности дает возможность оценивать и ранжировать характеристики разных сфер жизнедеятельности личности по их субъективной значимости для переживания психологической безопасности (Агузумцян и др., 2009). Шкала психологической безопасности личности, разработанная в научно-исследовательской лаборатории психологии личности и профессиональной деятельности Ереванского государственного университета, включает следующие оцениваемые и ранжируемые сферы жизнедеятельности: Семья, Работа, Друзья, Здоровье, Информация, Права, Общество, Культура и Экология. Указанные сферы жизнедеятельности оценивались по следующим характеристикам: взаимоотношения в семье, уровень жизни, уровень образования, эмоциональная атмосфера, социальный статус, отношение к будущему, отношение к членам семьи; условия работы, атмосфера, статус, оплата труда, компетентность, продвижение, удовлетворенность, дружеские отношения, доверие, верность, возможность видеться с друзь-

ями, взаимовыручка, эмоциональные связи, физическое здоровье, психическое здоровье, самочувствие, стрессоустойчивость, здоровый образ жизни, навыки оказания первой медицинской помощи; насыщенность информации, финансовая доступность, доступность, четкость, чистота, свобода, право выбора, свобода слова, религиозная принадлежность, право на страхование, правовое равенство, право выбора профессии; общественное обслуживание, предоставление услуг, соблюдение общественных норм, уровень жизни, уровень образования, культурные ценности, духовные ценности, отношение к обычаям, соблюдение традиций, интерес к спорту и природно-климатические условия, водные ресурсы, запасы питьевой воды, соблюдение срока годности продуктов питания, отношение к градостроительству.

Результаты исследования

Мотивы профессиональной деятельности. Для всей обследованной выборки наибольшую выраженность имели показатели внутренней мотивации. На наш взгляд, это объясняется тем, что профессиональная деятельность имеет для обследованных специалистов первостепенное значение. Внешняя положительная мотивация несколько выше у молодых специалистов по сравнению со специалистами со стажем. Напротив, внешняя отрицательная мотивация заметно выше у специалистов со стажем. С психологической точки зрения это объясняется тем, что деятельность специалистов со стажем побуждается не только с внутренним энтузиазмом, но и связана с социальным престижем, зарплатой, профессиональным статусом в обществе, рейтингом специальности и другими внешними факторами.

Усредненные данные о выраженности внутренней и внешней мотивации у молодых специалистов и специалистов со стажем – представителей разных профессий (учителя, искусствоведы и спасатели) – показывают, что спасатели имеют сравнительно низкую внутреннюю мотивацию и более выраженную внешнюю положительную мотивацию. У искусствоведов, наоборот, внутренняя мотивация является по сравнению с другими профессиональными группами самой высокой, а внешняя отрицательная мотивация – самой низкой. Последнее объясняется их профессиональной своеобразностью и спецификой творческой деятельности. У учителей не наблюдается значительных различий в проявлении внешней положительной и внешней отрицательной мотивации. У искусствоведов выраженность мотивации не зависит от стажа.

Внешняя положительная мотивация для всех видов специальностей выражена одинаково. Изменения выраженности внешней отрицательной мотивации объясняются нами стремлением обследованных специалистов к гармонии и избеганием неудач.

Сравнительный анализ данных методики «Оценка психической активности и эмоционального тонуса» демонстрирует, что показатели психической активности, интереса, напряжения и комфортности имеют практически одинаковую выраженность у молодых специалистов и специалистов со стажем. Вместе с тем выраженность показателя эмоционального тонуса в среднем на 1 балл выше у молодых специалистов по сравнению со специалистами со стажем.

Таблица 1

Ранжирование субъективной значимости сфер жизнедеятельности для переживания психологической безопасности специалистами с разным стажем

Сфера жизнедеятельности	Ранг
Семья	1
Здоровье	2
Работа	3
Друзья	4
Права человека	5
Экология	6
Общество	7
Культура	8
Информированность	9

Согласно полученным данным, субъективная значимость ранжируемых сфер для переживания психологической безопасности молодыми специалистами и специалистами со стажем существенно не отличается. В обеих группах специалистов наиболее значимой для переживания психологической безопасности является семейная сфера. Это естественно, поскольку семья в отличие от предъявляющей жесткие требования макросреды есть та микросреда, которая должна обеспечивать основные потребности личности, создавать благоприятную атмосферу для ее развития. С психологической точки зрения семья – эта защищенная среда, позволяющая человеку быть самим

собой, способствующая его психологическому здоровью и создающая необходимые условия для удовлетворения высших потребностей.

Второй по рангу субъективной значимости является сфера «Здоровье». Специалисты со стажем придают ей большую субъективную значимость для переживания психологической безопасности по сравнению с молодыми специалистами. Это объясняется тем, что с возрастом для личности специалистов фактор здоровья становится более значимым в плане психологической безопасности.

Третьей по рангу субъективной значимости является сфера «Работа», которая оценивалась по условиям, статусу, социально-психологической атмосфере, оплате труда, перспективам продвижения. Эта сфера оценивается специалистами со стажем как более приоритетная для переживания психологической безопасности по сравнению с молодыми специалистами.

Четвертой по рангу субъективной значимости является сфера «Дружба» («Друзья»), которая оценивалась специалистами по таким характеристикам, как взаимодействие, взаимопонимание, эмоциональные связи, частота общения. Молодые специалисты имеют, как правило, большие, чем специалисты со стажем, возможности находиться в кругу друзей, делиться своими переживаниями, быть понятыми сверстниками, завоевать доверие, поэтому они отвели сфере «Дружба» более высокий ранг для переживания психологической безопасности.

Остальные сферы жизнедеятельности по рангу субъективной значимости для переживания психологической безопасности очень сходны в обеих группах специалистов.

Согласно данным, приведенным в таблице 2, у искусствоведов и спасателей сфера «Семья» имеет первый ранг, тогда как у учителей первый ранг принадлежит сфере «Работа». На наш взгляд, этот результат объясняется спецификой профессиональной деятельности учителей, которая, по-видимому, имеет высокие показатели удовлетворенности работой и защищенности на рабочем месте. У спасателей 2-й ранг принадлежит сфере «Друзья», что также связано со спецификой их профессиональной деятельности, в которой первостепенное место занимает коллегиальность, взаимное доверие и поддержка со стороны друзей.

Субъективная значимость остальных сфер жизнедеятельности для переживания психологической безопасности специалистами совпадает с ранее полученными нами данными путем нормативного ранжирования в предыдущих исследованиях (Агузумцян и др., 2009, 2013).

Таблица 2
Субъективная значимость сфер жизнедеятельности для переживания психологической безопасности специалистами разных профессиональных групп

Профессиональные группы	Семья	Работа	Друзья	Здоровье	Информированность	Права человека	Общество	Культура	Экология
Учителя	2	1	3	5	6	7	9	4	8
Искусствоведы	1	3	4	2	7	6	8	9	5
Спасатели	1	3	2	4	6	7	8	5	9

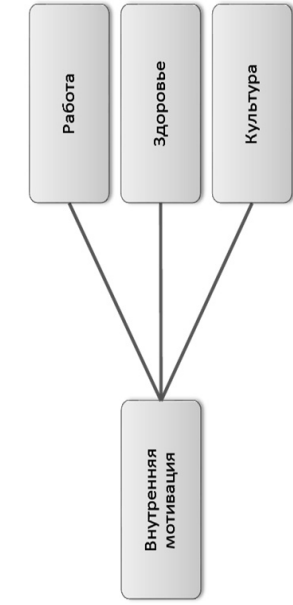


Рис. 1. Корреляции между показателями внутренней мотивации и характеристиками психологической безопасности личности в разных сферах жизнедеятельности

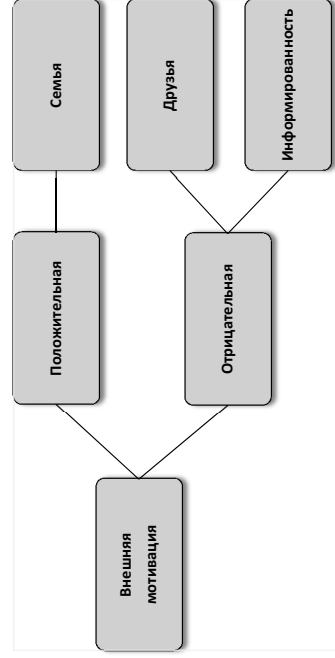


Рис. 2. Корреляции между показателями внешней мотивации и характеристиками психологической безопасности личности в разных сферах жизнедеятельности

Так как переживание психологической безопасности непосредственно связана с психологическим и психическим здоровьем, мы сочли необходимым рассмотреть выраженность у обследуемых специалистов показателей депрессии, тревожности, ригидности, социальной дезадаптации и др., оцениваемых с помощью личностного опросника «Мини-Мульт». Анализ данных по опроснику ММРІ «Мини-Мульт» показал, что по большинству оцениваемых шкал опросника показатели имели среднюю выраженность. Важно отметить, что в единичных случаях наблюдались завышенные показатели по шкалам «депрессия» и «тревожность». Показатель по шкале «депрессия» превышал нормативные показатели в большей степени у спасателей, учителей и искусствоведов. Завышенные показатели по шкале «тревожность» отмечались у некоторых представителей всех обследуемых профессиональных групп, что свидетельствует об их боязливости, нерешительности и постоянных сомнениях в профессиональной деятельности.

Результаты корреляционного анализа результатов исследования (при выборке $n = 90$ и коэффициенте линейной корреляции Пирсона $r = 0,34$, достоверность корреляции составляет $p \leq 0,001$), позволил выявить положительные связи с показателями внутренней мотивацией с характеристиками сфер жизнедеятельности «Работа» ($r = 0,71$), «Здоровье» ($r = 0,59$) и «Культура» ($r = 0,46$), что показано на рисунке 1. Установленные связи ожидаемы и выражают высокую субъективную значимость для переживания психологической безопасности тех сфер жизнедеятельности, которые являются личностно важными для специалистов.

Как показано на рисунке 2, установлены связи показателей внешней положительной мотивации с характеристиками сферы «Семья» ($r = 0,42$) и внешней отрицательной мотивацией – со сферами «Друзья» ($r = 0,50$) и «Информированность» ($r = 0,57$).

По результатам корреляционного анализа были выявлены связи показателей психической активации и эмоционального тонуса с характеристиками психологической безопасности в разных сферах жизнедеятельности (рисунок 3). Наибольшее количество связей (3) с показателями психической активности и эмоционального тонуса имеет сфера жизнедеятельности «Друзья» («Дружба»). С этой сферой связаны как показатели психической активации и эмоционального тонуса, так и показатель напряжения, что указывает на возможную неоднозначную роль этой сферы в динамике переживаний психологической безопасности специалистов. Отметим связи сферы «Здоровье» с показателями интереса и комфорта, а также

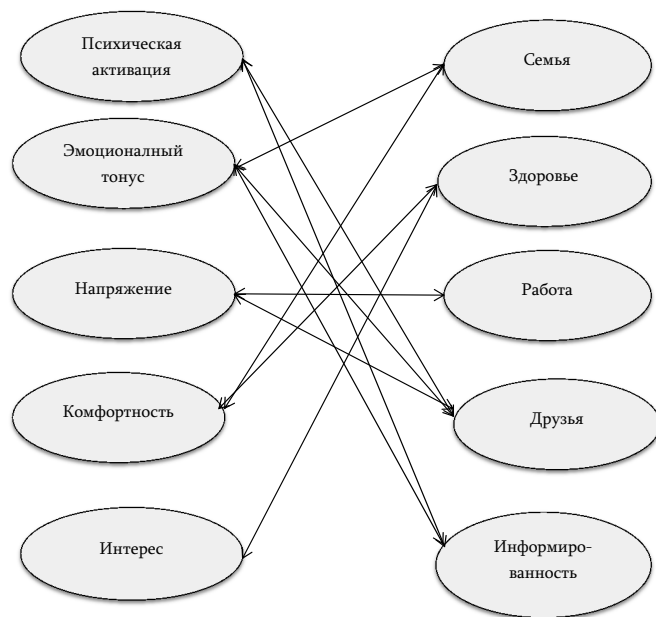


Рис. 3. Корреляционная плеяда показателей психической активации и характеристики психологической безопасности в разных сферах жизнедеятельности

сферы «Семья» с показателями эмоционального тонуса и комфортности.

Таким образом, наиболее близкий к переживанию психологической безопасности показатель комфортности связан со сферами «Здоровье» и «Семья».

Для нас особый интерес имеет рассмотрение связей сферы «Работа» с показателями психической активации и эмоционального тонуса. Как показано на рисунке 3, выявлена всего одна такая связь – с показателем напряжения, – что определяется, на наш взгляд, присущими рабочей ситуации проявлениями раздражительности, возбужденности, трудностями в межличностных отношениях.

* * *

Обобщая приведенные выше результаты, мы попытались выявить детерминанты, обеспечивающие психологическую безопасность личности в профессиональной деятельности: педагогической, ис-

кусствоведческой и экстремальной (ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций). Для поддержания состояния психологической безопасности специалистов и эффективности их профессиональной деятельности основными факторами являются:

- Внутренняя мотивация, проявляющаяся в положительных переживаниях от процесса и результата работы, а также в возможности дальнейшей самореализации.
- У молодых специалистов внешняя положительная мотивация профессиональной деятельности имеет невысокую выраженность и проявляется в стремлении к материальной обеспеченности и социальному престижу. У специалистов со стажем внешняя положительная мотивация имеет высокую выраженность.
- Внешняя отрицательная мотивация профессиональной деятельности, проявляющаяся в избегании критики в свой адрес извне, выражена у всех специалистов независимо от стажа работы, за исключением искусствоведов.
- Эмоциональный тонус, который обеспечивает необходимую для выполнения деятельности нервно-эмоциональную активацию, проявляется у молодых специалистов совместно с переживанием комфорта.
- При оценке собственной психологической безопасности молодые специалисты отождествляют сферы жизнедеятельности «Друзья» и «Работа», тогда как специалисты со стажем отдают предпочтение сфере «Работа».
- Переживание психологической безопасности имеет свою специфику для специалистов разного профиля. У педагогов субъективная значимость сферы «Работа» для переживания психологической безопасности является более важной, чем сферы «Семья» и «Дружба» («Друзья»). У спасателей субъективная значимость сферы «Работа» для переживания психологической безопасности наиболее важна в сферах «Семья» и «Друзья», чем в сфере «Работа», всегда связанная в угрозами, необходимостью их преодоления и переживаниями стресса. У искусствоведов наиболее подвластными переживанию психологической безопасности являются сферы «Семья», «Здоровье» и «Работа».
- Представители всех трех рассмотренных в нашем исследовании профессий придают сферам «Культура», «Общество» и «Экология» невысокую субъективную значимость для переживания психологической безопасности.

Особенности переживания психологической безопасности в профессиях «человек–знак» и «человек–человек»

Продолжая намеченную выше исследовательскую линию, мы провели эмпирическое исследование особенностей переживания психологической безопасности в профессиях разного типа.

В исследовании приняли участие представители профессий типа «человек–знак» (60 программистов) и типа «человек–человек» (60 педагогов).

Методики исследования

- «Шкала мотивации профессиональной деятельности» (Батаршев и др., 2007).
- Методика «Психологическое выгорание» (А. А. Рукавишников) включает показатели психоэмоционального истощения, личного отдаления и профессиональной мотивации (Фетискин и др., 2002).
- «Самоактуализация личности» (Фетискин и др., 2002). Данная методика включает 11 шкал: ориентации во времени, предпочтение ценностей, взгляд на природу человека, потребность в познании, креативность, автономность, спонтанность, самопонимание, аутосимпатия, контактность и гибкость в общении.
- «Шкала психологической безопасности личности» (Агузумцян и др., 2013).

Результаты

Мотивация профессиональной деятельности. Установлено, что в группе программистов наиболее выражена внутренняя мотивация, а в группе педагогов – внешняя положительная мотивация.

Полученные результаты можно объяснить тем, что программисты удовлетворены результатами работы, так как они самостоятельно проявляют свои способности, что, на наш взгляд, свидетельствует об их внутренней мотивации. Внешняя положительная мотивация педагогов связана с их стремлениями к высокому заработку, социальному престижу и профессиональному продвижению.

Психологическое выгорание. В группе преподавателей в отличие от группы программистов отмечается более высокая выраженность психологического выгорания по факторам психоэмоционального истощения и профессиональной мотивации.

Исследуемые признаки были распределены равномерно, стандартные отклонения для двух групп респондентов гомогенны.

Таблица 3

Показатели психологического выгорания программистов и педагогов (данные, усредненные по группам)

Профессия		Психоэмоциональное истощение	Личностное отдаление	Профессиональная мотивация
Программисты	М	36,8	36,5	41,1
	σ	6,5	6,2	6,4
Педагоги	М	43,3	39,7	49,4
	σ	6,1	6,4	6,2
T _{ст.}		4,91	2,42	6,27

Примечание: Полужирным шрифтом выделены коэффициенты сравнения средних показателей по критерию Стьюдента (T_{ст.}).

Для сравнения двух независимых групп применен критерий t Стьюдента. По формуле с достоверностью $p \leq 0,001$ были выявлены различия между группами программистов и педагогов (таблица 3).

У педагогов вероятность психологического выгорания высока, так как у них выражены такие компоненты самореализации, как ориентация во времени, предпочтение ценностей и потребность в познании, способность к бытийному.

Самоактуализация личности специалистов. Сравнительный анализ показал, что в группе программистов более высокие показатели по креативности, спонтанности, контактности и гибкости в общении, что, на наш взгляд, непосредственно способствует переживанию ими психологической безопасности в деятельности. Качества автономности и аутосимпатии являются факторами психического здоровья и наиболее выражены у программистов. Эти качества способствуют сохранению чувства психологической безопасности предотвращению развития эмоционального и психологического выгорания (таблица 4).

Самый высокий фактор самореализации, по которому отличаются программисты и педагоги – ориентация во времени и контактность. Это объясняется спецификой деятельности, где для программистов компьютер может служить объектом широкого круга общения, и самое главное, что он лишен усталости и истощения.

Анализ данных, полученных по «Шкале психологической безопасности личности», не выявил значимых различий между груп-

Таблица 4

Показатели самоактуализации программистов и педагогов
(данные, усредненные по группам)

Профессия		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Программисты	М	7,6	8,1	7,9	8,3	8,4	8,5	6,9	7,9	8,1	8,8	7,6
	σ	2,7	2,3	2,8	2,2	2,1	2,3	2,3	2,2	2,6	2,3	2,4
Педагоги	М	10,8	8,9	8,1	9,3	7,6	6,4	5,1	8,3	6,2	6,6	6,7
	σ	2,5	2,12	2,2	2,0	2,4	2,6	2,45	2,2	2,0	2,1	1,9
T _{ст.}		14,3	4,9	1,0	6,5	4,4	10,4	9,4	2,4	10,6	13,6	5,86

Примечание: 1 – ориентация во времени; 2 – шкала ценностей; 3 – взгляд на природу человека; 4 – высокая потребность в познании; 5 – стремление к творчеству и креативность; 6 – автономность; 7 – спонтанность; 8 – самопонимание; 9 – ауто-симпатия; 10 – шкала контактности; 11 – шкала гибкости в общении; полужирным шрифтом выделены коэффициенты сравнения средних показателей по критерию Стьюдента (T_{ст.}).

пами программистов и педагогов, и поэтому эти данные не рассматриваются.

Таким образом, обобщая результаты сравнительного исследования переживания психологической безопасности в группах программистов и педагогов, можно сделать вывод об отсутствии различий в этих группах по характеристикам психологической безопасности личности. Вместе с тем между группами программистов и педагогов установлены существенные различия по факторам самореализации, что может быть обусловлено различиями в профессиональной мотивации представителей этих групп.

Литература

- Агузумцян Р. В., Амирян С. С., Папоян В. Р. и др. Проблема психологической безопасности личности. Ер.: Изд-во ЕГУ, 2009. С. 135–138 (на арм. яз.).
- Агузумцян Р., Амирян С., Папоян В. и др. Проблемы психологической безопасности личности: теоретические и экспериментальные исследования. Ереван: Изд-во ЕГУ, 2013. С. 33–56.
- Асмолов А. Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека. М.: Смысл–ИЦ «Академия», 2007.
- Батаршев А. В. Психодиагностика пограничных расстройств личности и поведения. М.: Изд-во Института психотерапии, 2004. С. 200–207, 290–293.

- Батаршев А. В., Алексеева И. Ю., Майорова Е. В. Диагностика профессионально важных качеств. СПб.: Питер, 2007. С. 180–182.
- Безносков С. П. Профессиональная деформация и воспитание личности // Психологическое обеспечение социального развития человека: Межвуз. сб. Вып. 13 / Под. ред. А. А. Крылова. Л.: ЛГУ, 1989. С. 34–45.
- Безносков С. П. Профессиональная деформация личности. СПб.: Речь, 2004.
- Бодров В. А. Психологические проблемы безопасности в профессиональной деятельности // Проблемы психологической безопасности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Н. В. Тарабрина. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. С. 257–278.
- Буртовая Н. Б. Личностные и профессиональные предпосылки формирования эмоционального выгорания у преподавателей высшей школы // Вестник ТГПУ. 2010. Вып. 12 (102). С. 141–148.
- Водопьянова Н. Е. Профилактика и коррекция синдрома выгорания: методология, теория, практика. СПб.: Изд-во СПб. гос. ун-та, 2011.
- Диагностика самоактуализации личности (А. В. Лазукин в адаптации Н. Ф. Калина) // Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2002. С. 426–433.
- Дикая Л. Г. Личностный потенциал и эмоциональное выгорание педагога. Человек. Сообщество. Управление. 2012. № 3. С. 75–88.
- Дормашев Ю. Б., Романов В. Я. Переживание потока // Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фаликман. М.: АСТ–Астрель, 2009.
- Журавлев А. Л., Тарабрина Н. В. Психологическая безопасность: на пути к комплексным, междисциплинарным исследованиям (вместо предисловия) // Проблемы психологической безопасности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Н. В. Тарабрина. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. С. 5–21.
- Качество жизни. Краткий словарь. М.: Смысл, 2009.
- Климов Е. А. Психология профессионала. М.: Ин-т практической психологии 1996.
- Леонтьев Д. А., Осин Е. Н. Личностный потенциал как объект психодиагностики // Психологическая диагностика (научно-методический и практический журнал). 2007. № 1. С. 4–8.
- Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиции экзистенциального анализа // Вопросы психологии. 2008. № 2. С. 3–16.

- Ляукин А. В. Гуманитарное образование в высшей школе: языкознание, педагогика, психология: Сборник статей. Казань, 2000. URL: <http://andrew.ak-bars.ru/psixologb> (дата обращения: 21.06.2017).
- Майерс Д., Динер Э. Кто счастлив? // Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фаликман. М.: АСТ–Астрель, 2009. С. 399–413.
- Носс И. Н. Руководство по психодиагностике. М.: Изд-во Института психотерапии, 2005. С. 312–317.
- Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении: практическое руководство / Под ред. И. А. Бaeвой. СПб.: Речь, 2006.
- Орёл В. Е. Синдром психического выгорания личности. М.: Институт психологии РАН, 2005.
- Поведская Е. В., Агустин Д. М. Человек и новые информационные технологии. СПб.: Речь, 2007. С. 253–275.
- Профессиональная деформация личности. Учебное пособие / Сост. А. В. Коваленко, Л. А. Шиканов. Томск: Изд-во ТПУ, 2009.
- Профессиональная и медицинская реабилитация спасателей. М.: Паритет Граф, 2009.
- Профессиональная самореализация личности в современном обществе. Монография / Под науч. ред. Е. В. Федосенко. СПб.: Речь, 2009.
- Психологический отбор кандидатов на службу в ГПС МЧС России: метод. рекомендации. М.: ВНИИПО, 2003.
- Психология личности. Учебное пособие / Под ред. П. Н. Ермакова, В. А. Лабунской. М.: Эксмо, 2007.
- Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фаликман. М.: АСТ–Астрель, 2009.
- Реан А. А. Психология и психодиагностика личности. Теория, методы исследования, практикум. СПб.: Прайм-Еврознак, 2008.
- Салогуб А. М. Структура и содержание синдрома эмоционального выгорания в исследованиях зарубежных и отечественных ученых // Молодой ученый. 2014. № 5. С. 459–461.
- Селигман М. Э. П. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни. М.: София, 2006.
- Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2002.
- Харламенкова Н. Е. Личностная безопасность и стратегии ее достижения // Проблемы психологической безопасности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Н. В. Тарабрина. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012а. С. 133–159.
- Харламенкова Н. Е. Представление о психологической безопасности: возрастной и личностный компоненты // Современная личность: Психологические исследования / Отв. ред. М. И. Воловикова, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012б. С. 141–160.
- Харламенкова Н. Е., Тарабрина Н. В., Быховец Ю. И. и др. Психологическая безопасность личности: имплицитная и эксплицитная концепции. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017.
- Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность: В 2 т. М.: Педагогика, 1986.
- Юдчиц Ю. А. К проблеме профессиональной деформации // Журнал прикладной психологии. 2008. № 2. С. 17–22.
- Maslach C. Burnout: The cost of caring. Published by ISHK, 2003.
- Maslach C., Jackson S. E. The measurement of experienced burnout // Journal of occupational behavior. 1981. V. 2. P. 99–113.
- Maslach C., Schaufeli W. B., Leiter M. P. Job burnout // Annual Rev. Psychol. 2001. 52. P. 397–422.
- Schaufeli W. B., van Dierendonck D., van Gorp K. Burnout and reciprocity: Towards a dual level social exchange model // Work and Stress. 1996. V. 10 (3). P. 225–237.