



Личностные ресурсы представителей социномических профессий

Personal resources of representatives of socionomics professions

Бурага Наталья, преподаватель, докторантка кафедры психологии, Молдавский
Государственный Университет

Summary

In recent years an increasing number of psychological researches have not been focusing their attention on the problems faced by a person during their life, but on the favorable conditions of human mental activity, leading to optimal functioning. In light here of the relevance of this study necessitates the identification of personal resources among representatives of socionomics professions as they are in constant interaction with people and more susceptible to negative symptoms such as emotional burnout.

Keywords: personal resources, representatives of socionomics professions, teachers, accountants.

Rezumat

În ultimul timp apar tot mai multe cercetări psihologice focusate asupra problemelor cu care se confruntă personalitatea în procesul de funcționare vitală, în condiții favorabile de activitate psihică umană, ce duc spre o funcționare optimă. Din această perspectivă, actualitatea cercetării noastre este condiționată de necesitatea determinării resurselor personale la reprezentanții profesiilor socionomice în legătură cu faptul că aceștia se află în interacțiune permanentă cu persoane ce sunt expuse, într-o măsură mai mare, arderii emoționale.

Cuvinte-cheie: resurse personale, profesii socionomice, pedagogi, contabili.

Аннотация

В последнее время появляется все больше психологических исследований фокусирующих свое внимание не на проблемах, с которыми сталкивается личность в процессе жизнедеятельности, а на благоприятных состояниях психической деятельности человека, ведущих к оптимальному функционированию. В свете этого актуальность нашего исследования обуславливается необходимостью определения личностных ресурсов представителей социномических профессий в связи с тем, что они находятся в постоянном взаимодействии с людьми и в большей степени подвержены эмоциональному выгоранию.

Ключевые слова: личностные ресурсы, представители социномических профессий, учителя, бухгалтера.

Интерес к проблеме личностных ресурсов в психологии был порожден результатами исследований стресса и стратегий совладания с ним. Согласно многочисленным работам не всегда может быть обнаружена связь между стрессовыми событиями в жизни человека и его

болезненной реакцией на них, в связи с этим особое внимание обращают на себя медиаторы в стрессовом процессе, которыми и являются ресурсы личности. Согласно описанию Хобфолла и коллег ресурсы личности могут быть описаны как аспекты Я, связанные с устойчивостью к трудностям. По мнению С. Хобфолла, личностные ресурсы являются фундаментальными компонентами индивидуальной способности к адаптации, играющими первостепенную роль в контексте совладания со стрессом [4, стр. 122].

Реализуя цель нашего исследования, мы выявили личностные ресурсы представителей социномических профессий на примере школьных учителей. Выбор данной группы обусловлен несколькими факторами, среди которых наиболее весомым является стрессогенность профессии и склонность к эмоциональному выгоранию. По данным Maslach, Jackson, Leiter [5, с.71-72] в группу риска входят учителя школ, преподаватели ВУЗов, социальные работники, работники медицины, работники службы психического здоровья. Согласно многочисленным исследованиям профессиональному стрессу подвержены в большей степени именно педагоги, которые по данным Travers и Cooper (1999) более стрессированы, чем другие представители помогающих профессий (медицинские работники) [1]. В связи с этим особый интерес представляют ресурсы личности представителей социномических профессий, которые помогают им противостоять трудностям профессии.

Выборку составили 214 учителей школ и лицеев города Кишинев. Для реализации исследования были использованы методики: 1) Тест смысложизненных ориентаций (СЖО), авторская модификация Д.А. Леонтьева; 2) Шкала субъективной витальности, разработанная R. Ryan и K. Frederick, русскоязычная адаптация Л.А. Александровой, Д.А. Леонтьева; 3) Тест диспозиционного оптимизма, разработанный M. Scheier, C. Carver, русскоязычная адаптация Гордеевой, Сычева, Осина; 4) Шкала общей самооффективности (ШОС) Р. Шварцера, русскоязычная адаптация Ерусалем, Ромек, 1996; 5) Тест жизнестойкости (ТЖС), расширенная русскоязычная версия Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова; 6) Шкала толерантности к неопределённости Баднера, валидизация Корниловой.

Для более глубокого анализа мы разделили личностные ресурсы на две группы: ресурсы устойчивости и ресурсы саморегуляции. К первой группе относятся такие ресурсы как: осмысленность жизни, диспозиционный оптимизм, субъективная витальность, самооффективность. Ко второй группе относят жизнестойкость и толерантность к неопределенности.

Результаты исследования графически представлены на рисунке 1.

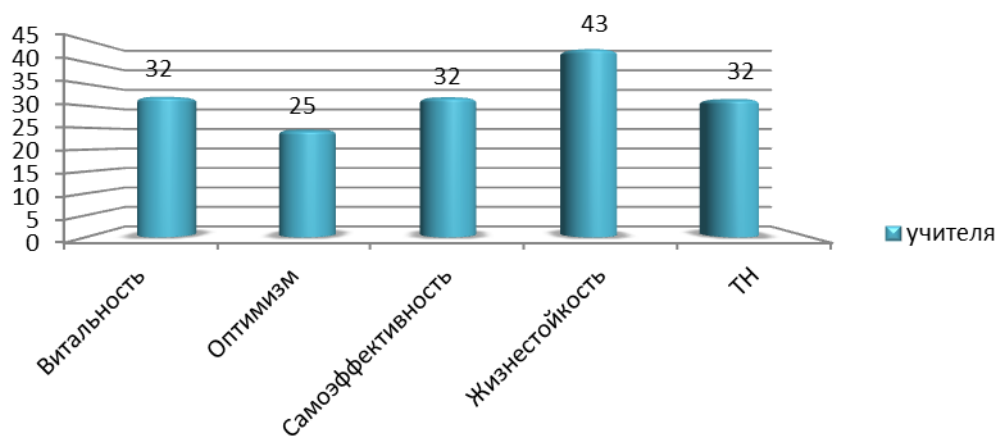


Рис. 1. Средние показатели выраженности ресурсов личности учителей

Категория *осмысленности жизни* в психологии представляет собой достаточно актуальную проблему, решение которой на индивидуальном уровне обеспечивает продуктивную жизнь, наполненную смыслом. Само понятие «смысл жизни» восходит к экзистенциальным воззрениям и определяется как некая идея, обозначающая цель жизни, которая носит высокую ценностную значимость.

Рассматриваемый как ресурс личности *диспозиционный оптимизм* по тесту LOT складывается из двух отдельных шкал: позитивные ожидания и негативные ожидания. Прежде чем перейти к анализу корреляционных связей изучаемых феноменов, опишем особенности проявления оптимизма в нашей выборке. Результаты исследования распределились таким образом, что среди наших респондентов встречается почти равное количество человек настроенных оптимистично и пессимистично, с небольшим перевесом в сторону последних.

Таким образом, не выявлено ведущей тенденции в отношении диспозиционного оптимизма. Относительно общего уровня оптимизма можно отметить, что он соответствует нормальному показателю и составляет 25,1 баллов (стандартное отклонение 5,03). В сопоставлении с нормами, предлагаемыми Сычевым и Осиним, этот показатель соответствует средней величине, т.е. указывает на средний уровень выраженности общего оптимизма в группе.

Анализируя уровень *субъективной витальности* в исследуемой выборке можно отметить, что средний показатель по всей выборке составил 28,1 балл (стандартное отклонение 7,23). Согласно нормативным показателям по тесту субъективной витальности, полученный нами результат находится в рамках нормы.

Согласно Александровой Л.А. [2, стр. 23] субъективная витальность может рассматриваться как переживание обладания физической и психической энергией и отражать работоспособность человека, воодушевленность собственной деятельностью. Таким образом, учителя и школьные психологи, исследуемые в рамках нашей работы, в большинстве

проявляют средний уровень работоспособности и жизненной энергии – 56%. При этом 21% выборки демонстрируют упадок сил, снижение работоспособности и отсутствие энергии.

Однако, несмотря на такой удручающий результат, остается достаточно большой процент тех респондентов, которые способны переживать прилив сил и энергии, повышенную работоспособность и желание продолжать начатое – 23%. Таким образом, мы рассматриваем витальность как ресурс личности, позволяющей ей испытывать состояние энтузиазма, полноты жизненных сил и энергии.

Исследование *самоэффективности* учителей показало, что средний показатель по выборке соответствует норме и составляет 31,19 баллов (стандартное отклонение 4,12). Анализируя уровни выраженности признака среди респондентов можно отметить, что низкий уровень самоэффективности встречается у 22% школьных учителей, средний характерен для 67% выборки, а высокий отмечается лишь у 11% респондентов. Таким образом, мы можем отметить, что педагоги и психологи, участвующие в исследовании недостаточно высоко оценивают собственные умения и навыки, не верят в собственные силы и способность справиться с любыми задачами. Для большинства из них характерен средний уровень самооценки.

Анализируя соотношение компонентов *жизнестойкости* у изучаемой выборки, отметим, что большей части респондентов свойственен средний уровень жизнестойкости (74%), высокие и низкие показатели жизнестойкости встречаются почти в равной степени – 12% и 14% соответственно, что указывает на нормальный характер распределения данного показателя.

Анализируя полученные данные, следует отметить, что общий показатель жизнестойкости у педагогов складывается за счет таких компонентов как вовлеченность и контроль, принятие риска же менее значим в структуре жизнестойкости нашей выборки. Похожие данные были получены и в исследовании жизнестойкости учителей средней школы, проведенном российским психологом Фоминовой Н.А. [6, стр. 82-83], что может указывать на специфические особенности профессиональной деятельности, определяющие и характер жизнестойкости.

Анализ исследуемой выборки по параметру *толерантность/интолерантность к неопределенности* показал, что среди респондентов преобладает средний уровень обоих изучаемых признаков.

Одной из *гипотез* нашего исследования явилось предположение о том, что *личностные ресурсы представителей социономических профессий качественно отличаются от таковых у работников сферы деятельности, которых не связана с непосредственной коммуникацией*. Обоснованием данной гипотезы является представление о том, что профессии

коммуникативного типа относятся к группе риска эмоционального выгорания. Таким образом, представители данных профессий, не склонные к эмоциональному выгоранию должны выработать такие ресурсы личности, которые помогали бы им справляться со стрессовыми ситуациями, в связи с большой нагрузкой взаимодействия.

С целью проверки данной гипотезы нами была определена группа специалистов, работа которых не строится на ведущей коммуникативной деятельности. Выбранная нами профессиональная группа относится к типу деятельности «человек-знаковая система» (бухгалтера) – она выступает в качестве контрольной группы (45 человек). И хотя бухгалтера также вступают в процесс взаимодействия с людьми (клиентами, работниками) их общение носит опосредованный характер, с помощью него они решают рабочие задачи.

Сравнительный анализ данных производился с помощью статистического критерия – U Манна Уитни. Результаты расчетов представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Статистический анализ различий в *личностных ресурсах* у бухгалтеров (N=45) и учителей (N=45)

Показатели	U-критерий Манна-Уитни	Значимость различий
1. Смысложизненные ориентации	516	$p \leq 0,001$
2. Субъективная витальность	801	$p \leq 0,05$
3. Диспозиционный оптимизм	1378	Нет различий
4. Самоэффективность	970	Нет различий
5. Жизнестойкость	679	$p \leq 0,01$
6. Толерантность к неопределенности	345	$p \leq 0,001$

Интерпретируя полученные данные можно отметить, что в отличие от бухгалтеров у учителей жизнь представляется более осмысленной ($p \leq 0,001$). Возможно, такое положение дел связано с восприятием своей профессиональной деятельности как значимой и имеющей смысл. Чувствуя важность собственно труда, они вдохновляются новыми целями и новыми смыслами, и прошлое воспринимается ими как значимое, так как все что они сделали не напрасно. Видя успехи своих учеников, они обретают уверенность в том, что делают важное дело.

Для наглядной демонстрации сопоставления двух выборок по параметру личностные ресурсы, обратим внимание на рисунок, представленный ниже, который отражает средние величины по каждому ресурсу в исследуемых выборках.

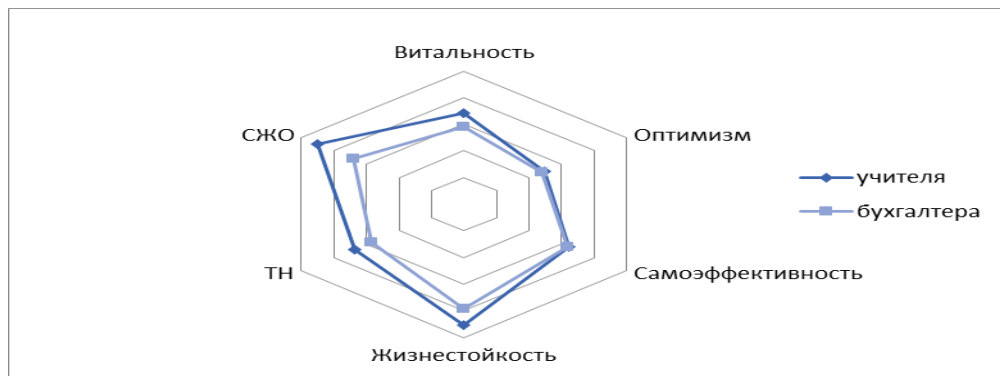


Рис. 2. Средние показатели выраженности личностных ресурсов у бухгалтеров и учителей

Значимые различия были получены по таким параметрам как субъективная витальность ($p \leq 0,05$), жизнестойкость ($p \leq 0,01$) и толерантность к неопределенности ($p \leq 0,001$).

Профессия бухгалтера связана по большей части с определенными ситуациями, с четкими правилами, которые редко изменяются, в свою очередь профессии социономического спектра связаны с взаимоотношением с другими людьми, где преобладает неопределенность. Тем самым такой ресурс как *толерантность к неопределенности* формируется в процессе профессиональной социализации. Это предположение подтверждается и исследованиями, которые показывают [3, стр. 150], что студенты технических специальностей проявляют меньшую степень ТН, чем студенты гуманитарии.

Интересный результат был получен в отношении ресурса *жизнестойкости*, который оказался более выражен в группе учителей. Тем самым учителя в большей степени способны противостоять трудностям и стрессовым ситуациям. Мы предполагаем, что в процессе профессиональной деятельности учителя вырабатывают для себя наиболее эффективные копинг-стратегии в борьбе со стрессом. Частые ситуации неопределенности и напряженности вырабатывают в них толерантность и гибкость, благодаря чему они могут подготовиться к стрессовой ситуации и избрать адаптивную стратегию совладания.

Осмысленность собственной жизни и интерес к работе порождает дополнительную энергию и работоспособность, проявляющиеся в феномене *субъективной витальности*. Тем самым учителя в отличие от бухгалтеров испытывают больше наполненности жизненной энергией.

Отметим, что такие ресурсы как самоэффективность и оптимизм, практически одинаково выражены в обеих выборках. *Диспозиционный оптимизм*, рассматриваемый нами, является устойчивым личностным образованием, который помогает человеку видеть мир в положительном или отрицательном свете. Таким образом, данный параметр не зависит от профессии и не является профессионально важным качеством ни в одной, ни в другой выборке.

Он отражает то, как человек готов реагировать на ту или иную ситуацию, возникнет ли у него чувство уверенности или наоборот сомнение, что ситуация разрешится благополучно.

Самоэффективность представляет собой убежденность в собственных силах. В какой-то степени и оптимизм и самоэффективность касаются того, какие ожидания относительно себя или ситуации в целом у него возникнут. Высокий уровень оптимизма помогает человеку поверить в собственные силы и придает уверенность, что он может справиться с возникающими трудностями. В то же время высокая самоэффективность дает человеку уверенность в том, что если он уже справлялся с похожими трудностями, то и грядущие ему по силам, что рождает оптимистические ожидания.

Таким образом, профессиональная занятость определяет характер ресурсов личности, которые помогают человеку справиться с рабочим стрессом. Это может быть связано со спецификой трудовой деятельности, доступностью ресурсов работы, а также личностными качествами представителей той или иной профессии.

Сравнивая личностные ресурсы представителей социомических профессий и профессий, не связанных с непосредственным общением, мы сделали выводы о том, что характер профессиональной деятельности определяет особенности и структуру ресурсной сферы личности. Таким образом, в связи со спецификой профессиональной деятельности, представители «помогающих» профессий, нуждаются в развитии специфических ресурсов личности, которые будут способствовать их трудовому и общему благополучию.

Библиография:

1. Vandenberghe R.A. Huberman A.Ml. Understanding and Preventing Teacher Burnout. - New York, Cambridge University Press, 1999.
2. Александрова Л.А. Субъективная витальность и удовлетворенность профессиональной деятельностью сотрудников организации. / В: *Антропологическая психология в XXI веке: проблемы и перспективы*. Томск, 2013. – С. 23-25.
3. Зотова Е.Ю. Современные исследования толерантности к неопределенности в зарубежной психологии. / В: Вестник НГУ. Серия: Психология. Том 3, выпуск 1. 2009. – С. 147-155.
4. Иванова Т.Ю. Теория сохранения ресурсов как объяснительная модель возникновения стресса. В: *Журнал Высшей школы экономики*. Серия: Психология, 2013. Т. 10. № 3. С. 119–135
5. Современные проблемы исследования синдрома выгорания у специалистов коммуникативных профессий: коллективная монография / под ред. В.В. Лукьянова, Н.Е. Водопьяновой, В.Е. Орла, С.А. Подсадного, Л.Н. Юрьевой, С.А. Игумнова. Курск. гос. ун-т. – Курск, 2008. – 336 с.
6. Фомина А.Н. Жизнестойкость личности. Монография. М.: МПГУ, 2012. – 152 с.
Primit 18.11.2015