

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЛИЧНОСТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК И ВЫРАЖЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА У ОФИЦЕРСКОГО СОСТАВА ВО ВРЕМЯ НЕСЕНИЯ СЛУЖБЫ

Федеральное государственное бюджетное учреждение «Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Москва, Россия

Federal State Budgetary Institution «V. Serbsky National Medical Research Centre for Psychiatry and Narcology» of the Ministry of Health of the Russian Federation, Moscow, Russia



КОВАЛЕВА
Мария Евгеньевна

Младший научный сотрудник
лаборатории психогигиены и
психопрофилактики,
kovaleva_me@inbox.ru,
тел. +7 (495) 6371018

KOVALEVA Mariya

Junior researcher of Mental Hygiene
and Psychoprophylaxis Laboratory,
kovaleva_me@inbox.ru,
tel. +7 (495) 6371018

МОСКОВСКАЯ Мария Станиславовна

Аспирантка факультета юридическая психология, ГБОУ ВПО
Московский государственный психолого-педагогический
университет, г. Москва, Россия, mariya_moskovskaya@bk.ru

MOSKOVSKAYA Mariya

Postgraduate at the Department of Legal Psychology, Moscow
State University of Psychology and Education, mariya_
moskovskaya@bk.ru

Ключевые слова: профессиональный стресс, стрессогенные факторы, индивидуально-психологические особенности.

КАБАНОВА Татьяна Николаевна

Кандидат психологических наук, старший научный сотрудник
Лаборатории психогигиены и психопрофилактики,
tatianak0607@yandex.ru

KABANOVA Tatyana

PhD in Psychology, Senior researcher of Mental Hygiene and
Psychoprophylaxis Laboratory, tatianak0607@yandex.ru

ДУБИНСКИЙ Александр Александрович

Младший научный сотрудник Лаборатории психологических
проблем судебно-психиатрической профилактики,
aleksandr-dubinskij@yandex.ru

DUBINSKIY Alexander

Junior researcher of Mental Hygiene and Psychoprophylaxis
Laboratory, aleksandr-dubinskij@yandex.ru

Аннотация. В статье представлены результаты исследования взаимосвязи личностных характеристик и выраженности профессионального стресса у офицерского состава во время несения службы. Для выявления психологических особенностей, влияющих на изменение субъективного уровня профессионального стресса в лонгитюдном наблюдении, выборка офицеров была разделена на две группы, в которых увеличивался или снижался общий уровень профессионального стресса после повторного измерения спустя 1 год.

INTERRELATION OF PERSONAL CHARACTERISTICS AND EXPRESSIONS OF PROFESSIONAL STRESS IN THE OFFICIAL COMPOSITION IN THE TIME OF CARRYING OUT THE SERVICE

Keywords: professional stress, stress factors, individual psychological characteristics.

Abstract. The article presents the results of a study of the relationship between personal characteristics and the severity of professional stress among officers during the service. To identify the psychological characteristics that affect the change in the subjective level of occupational stress in longitudinal monitoring, the sample of officers was divided into two groups in which the overall level of occupational stress increased or decreased after a second measurement after 1 year.

Актуальность. Профессиональная деятельность военнослужащих связана с выполнением различных задач в условиях, сопряженных с опасностью для жизни, особым регламентом служебного времени, включенности в различные управленческие системы: «человек – человек», «человек – человек – машина», «человек – техника», «человек – знак», а также с повышенной социальной ответственностью за профессиональные ошибки и высоким риском причинения вреда другим людям [2]. Военнослужащие, входящие в офицерский состав, наиболее подвержены влиянию различных стресс-факторов, так как их деятельность предполагает одновременное выполнение задач, определяемых статусом военнослужащего, и реализацию функции руководителя воинского коллектива. По данным социологических опросов, проведенных в 2001 г. в России журналом «Карьера» офицеры Вооруженных сил Российской Федерации относятся к категории специалистов, чаще всего испытывающих стресс на рабочем месте [5]. Среднегодовой уровень общей заболеваемости (обращаемости) офицеров с психическими расстройствами – 8,21%, уровень первичной заболеваемости – 2,73%, нуждаются в динамическом диспансерном наблюдении – 1,29%, в госпитализации – 2,3%, уровень увольняемости – 0,55%, коэффициент смертности – 0,4%, на 100 тыс. офицеров в год. При этом наибольший вклад в структуру психической патологии вносят невротические, связанные со стрессом, и соматоформные расстройства [8].

Различные проявления профессионального стресса снижают качество выполнения офицерами служебных обязанностей или требуют дополнительных усилий для поддержания оптимального уровня психоэмоционального состояния [4]. Чем выше уровень испытываемого офицерами стресса, тем они и более утомляемы, менее инициативны и выносливы как к психическим травмам, так и к физическому напряжению [7]. Длительные стрессовые нагрузки могут привести к формированию синдрома эмоционального выгорания. Под влиянием стрессогенных факторов претерпевают серьезные изменения и базовые убеждения личности, в результате которых основательно разрушаются привычные жизненные представления и схемы поведения. В том числе – отношение к окружающему миру и отношение к людям.

В настоящее время все большее внимание уделяют изучению индивидуально-психологических

особенностей личности, характеризующих эмоциональную и нервно-психическую устойчивость, ситуационную и личностную тревожность, особенности характера и темперамента [1, 4]. Для прогнозирования особенностей поведения человека в обстоятельствах, угрожающих жизни, важно исследовать возможности его реагирования в процессе моделирования экстремальной ситуации и прогнозировать психофизиологические реакции для оценки его надежности в динамическом режиме деятельности. Особую значимость приобретают исследования, учитывающие вклад психофизиологических и социальных факторов в индивидуальный стиль приспособления [6].

Цель исследования. Представляется актуальным изучение влияния личностных характеристик на выраженность профессионального стресса и развитие состояний дезадаптации. Их учет имеет практическую востребованность при оценке и коррекции состояния здоровья военнослужащих на различных этапах несения службы с учетом специфики (интенсивности, сложности и длительности) выполняемых ими задач.

Организация исследования. В выборку вошел офицерский состав мужского пола ($N=32$; $M_{\text{возраст}}=29,1\pm 3,2$ года; $M_{\text{стаж}}=10,6\pm 3,6$ года). Общая выборка офицерского состава была разделена на две группы, в которых отмечалось либо снижение общего уровня профессионального стресса («положительная» динамика) ($n=15$; $M_{\text{возраст}}=28,5\pm 3,3$ года; $M_{\text{стаж}}=11,1\pm 2,9$ года), либо увеличение общего уровня профессионального стресса («отрицательная» динамика) ($n=14$; $M_{\text{возраст}}=29,6\pm 3,1$ года; $M_{\text{стаж}}=10,0\pm 4,2$ года) при повторном тестировании. Интервал между измерениями составил 1 год. Критериями включения в исследования являлись: годность к службе по состоянию здоровья, мужской пол, возраст от 20 до 50 лет, отсутствие установленного психиатрического диагноза и перерывов в трудовом стаже более года, согласие участвовать в исследовании.

Методы исследования:

– оценка индивидуально-психологических переменных: опросник самоконтроля Р. Грасмика (адаптация Булыгина В.Г., Абдраязкова А.М., 2008);

– оценка ценностно-смысловой сферы: опросник «Шкала базисных убеждений» Р. Янов-Бульман (адаптация М.А. Падун и А.В. Котельникова);

– оценка деятельностно-поведенческих особенностей, связанных с принятием решений: опросник «Цель–Средство–Результат» (А.А.

Карманов); Мельбурнский опросник принятия решений (адаптация Т.В. Корниловой; опросник толерантности-интолерантности к неопределенности (апробация Т.В. Корниловой);

– оценка симптомов эмоционального выгорания и профессионального стресса: методика диагностики эмоционального выгорания личности (Маслач К., Бойко В.В., 1996); шкала общего уровня профессионального стресса Т.Д. Азарных, И.М. Тыртышникова. Статистическая обработка данных производилась с помощью дескриптивного анализа (анализ распределения признаков), сравнения независимых выборок посредством критерия t- Стьюдента, корреляционного анализа (коэффициент корреляции r-Пирсона). Уровень $p \leq 0,05$ являлся критерием статистической достоверности получаемых результатов. Статистическая обработка производилась в программе IBM SPSS Statistics v20 и Excel v14.

Описание и обсуждение результатов. С помощью дескриптивной статистики выделены психологические профили групп офицерского состава, в которых увеличивался или снижался общий уровень профессионального стресса после повторного измерения спустя 1 год. Средние значения исследуемых психологических параметров в профилях представлены на рисунках 1–3.

Психологические профили офицерского состава с различной динамикой уровня профессионального стресса имеют схожий вид. В профиле обследуемых со снижением общего уровня

профессионального стресса отмечаются низкие средние значения параметров: «стремление к риску», «физическая активность», «психосоматические и психовегетативные нарушения», «прокрастинация», «сверхбдительность», а также опросников ЦСР и базисных убеждений личности. При этом в данном профиле отмечались высокие средние значения параметров «избегание», «несдержанность», «эгоцентризм», «импульсивность», «предпочтение простых задач», всех симптомов и стадий эмоционального выгорания, опросника толерантности к неопределенности.

Для выявления психологических особенностей, влияющих на изменение субъективного уровня профессионального стресса в лонгитюдном наблюдении, выборка офицеров была разделена на две группы, в которых увеличивался или снижался общий уровень профессионального стресса после повторного измерения спустя 1 год. Поскольку при сравнении дисперсий исследуемых параметров (t-критерий Стьюдента) между группами с различной динамикой уровня профессионального стресса не было выявлено статистически значимых различий, следующим этапом анализа стало выявление различий и сравнение взаимосвязей разноуровневых диагностируемых психологических показателей с помощью корреляционного анализа (коэффициент корреляции r-Пирсона; $r > 0,5$). В результате для выделенных групп обнаружены общие психологические закономерности: высокие показатели таких

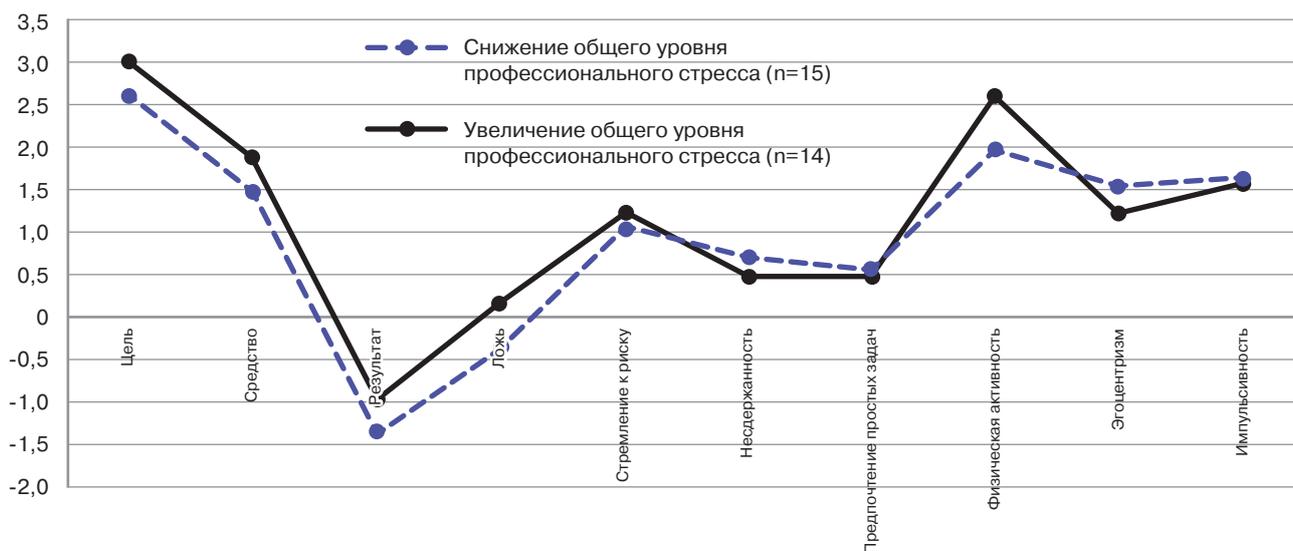


Рисунок 1 – Психологические профили старшего офицерского состава в зависимости от динамики показателя «общий уровень профессионального стресса»

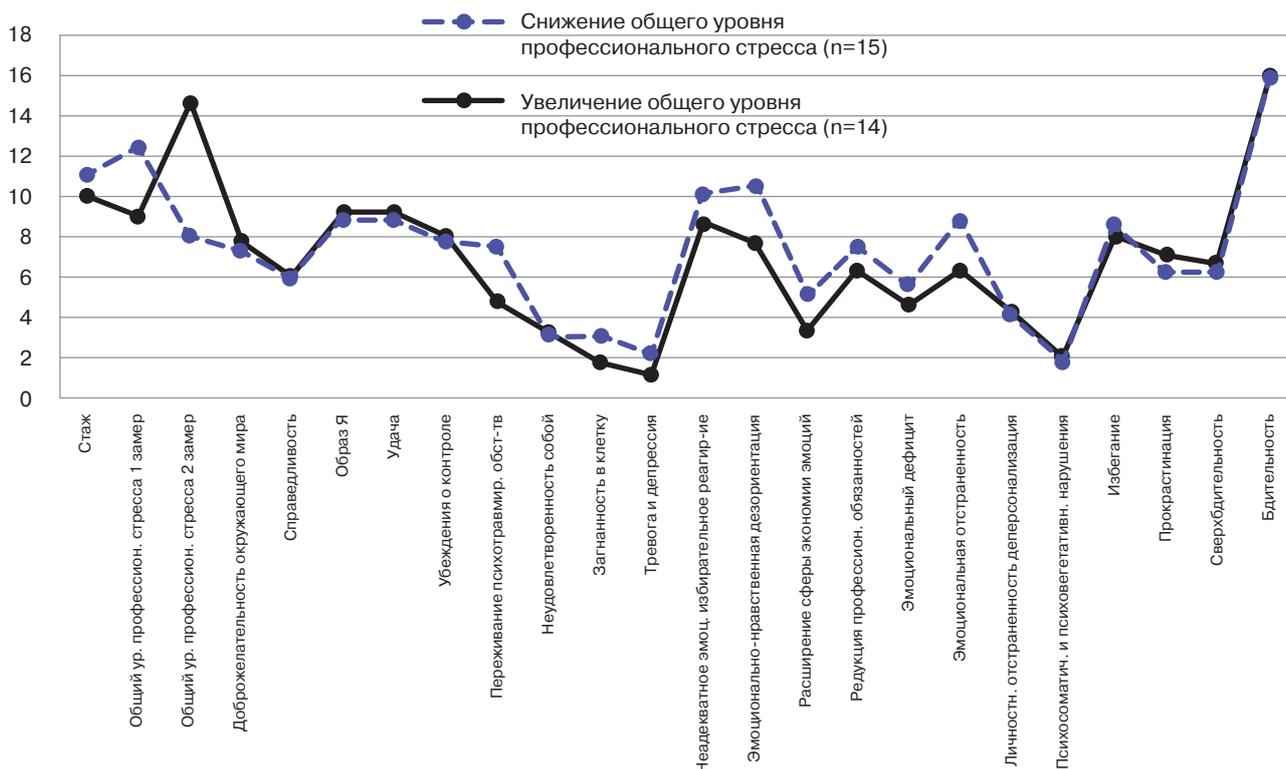


Рисунок 2 – Психологические профили старшего офицерского состава в зависимости от динамики показателя «общий уровень профессионального стресса» (продолжение)

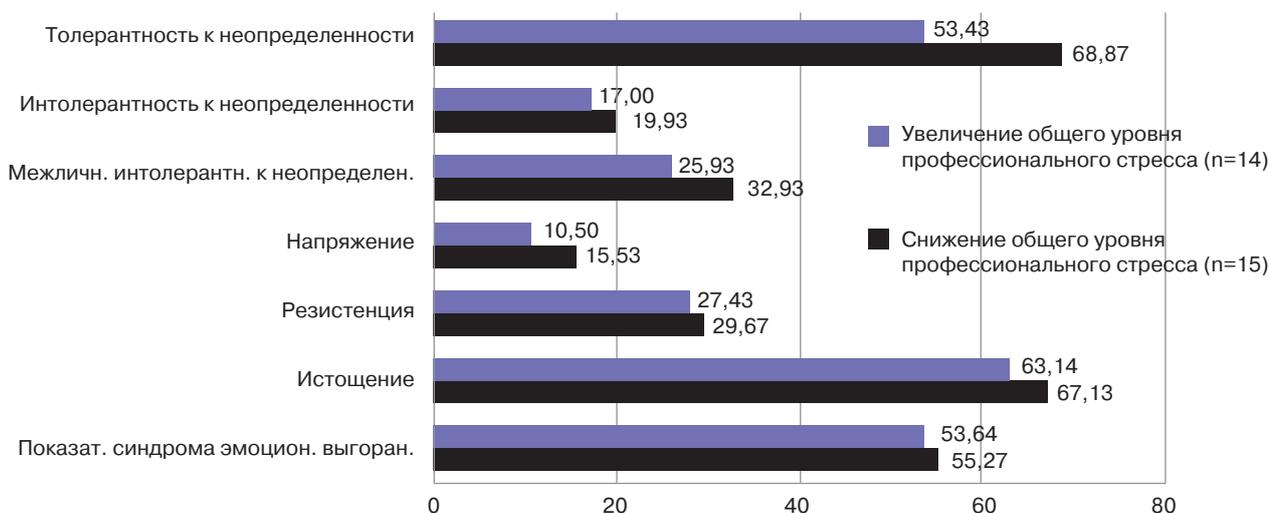


Рисунок 3 – Психологические профили старшего офицерского состава в зависимости от динамики показателя «общий уровень профессионального стресса» (продолжение)

индивидуально-типологических качеств как эгоцентризм, стремление к риску, несдержанность и импульсивность сопряжены с формированием всех симптомов и стадий эмоционального выгорания, высоким уровнем профессионального стресса.

Следующим этапом анализа стало выявление взаимосвязей между исследуемыми равноуровневыми параметрами, которые отличаются в

группах офицерского состава с различной динамикой общего уровня профессионального стресса. Так, группа, характеризующаяся снижением общего уровня профессионального стресса, отличалась множественностью взаимосвязей между исследуемыми психологическими конструктами. Основными функциональными звеньями на индивидуально-типологическом уровне являются параметры самоконтроля «стремление

к риску», «несдержанность», «импульсивность» и «эгоцентризм». «Узловыми» параметрами базисных убеждений личности, обеспечивающие ценностно-смысловую регуляцию деятельности, являлись «удача» и «доброжелательность окружающего мира». Основными «узловыми» звеньями, связанными с процессом принятия решений, стали параметры «толерантность к неопределенности», «интолерантность к неопределенности и «средство достижения цели».

Группа, характеризующаяся снижением уровня профессионального стресса, отличается низкой выраженностью всех базовых убеждений, что сочетается с высокими средними значениями показателей выраженности всех симптомов и стадий эмоционального выгорания. Убеждения в собственной неудачливости, а также о враждебности и опасности окружающего мира связаны с формированием эмоционального выгорания, а также высоким уровнем профессионального стресса. Убеждение о слабости и беспомощности собственного «Я» (рисунок 2) сочетается с импульсивностью ($r=0,605$; $p=0,017$) и в свою очередь способствует формированию такого симптома эмоционального выгорания «эмоциональная отстраненность» ($r=-0,760$; $p=0,001$) как механизма защиты от чувства бессилия [12]. Убеждение о слабости «Я» оказывает влияние на процессуальную организацию принятия управленческих решений, повышая бдительность как стилевую характеристику» ($r=-0,585$; $p=0,022$). Бдительность как копинг совладания с неопределенностью включает в себя готовность принимать решения в любых обстоятельствах, при этом ориентируясь на обдумывание альтернатив и исключая использование интуиции.

В «оценочной» теории стресса Р. Лазарус полагает, что в случае возникновения стресса копинг-стратегия будет формироваться в зависимости от результата оценки индивидом текущей ситуации и собственных ресурсов для ее разрешения [10]. Можно предположить, что низкий уровень самоконтроля, являющийся следствием выраженности дезадаптивных индивидуально-типологических черт, в сочетании с дисфункциональными базовыми убеждениями формирует эмоционально-фокусированный копинг, направленный на улучшение собственного эмоционального состояния. Одним из предпочитаемых защитных механизмов в случае неблагоприятного для индивида разрешения стрессовой ситуации является эмоциональная

«онемелость» [9]. Регулярное использование подобного защитного механизма может приводить как к формированию выраженности синдрома эмоционального выгорания и личностной деформации, так и влиять на процессуальную организацию принятия управленческих решений, снижая возможности оценки результатов собственной деятельности (снижение среднего балла по параметру «результат») и учета нормативов социальной желательности (снижение среднего балла по шкале лжи).

Высокий показатель шкалы межличностной толерантности к неопределенности, описывающий склонность к очевидному и безусловному принятию или отторжению отношений с другими людьми, позитивно связан с общим уровнем профессионального стресса ($r=0,701$; $p=0,004$), общим показателем эмоционального выгорания ($r=0,605$; $p=0,017$), высоким уровнем напряжения ($r=0,529$; $p=0,043$), переживанием психотравмирующих обстоятельств ($r=0,704$; $p=0,003$), истощением ($r=0,663$; $p=0,005$), личностной отстраненностью ($r=0,555$; $p=0,032$), эмоциональным дефицитом ($r=0,731$; $p=0,005$) и расширением сферы экономики эмоций ($r=0,614$; $p=0,015$). Межличностная интолерантность к неопределенности в сочетании с высоким уровнем толерантности к неопределенности будет способствовать тому, что индивид будет чаще попадать в ситуации неопределенности, проверяющие «на прочность» себя и окружающих.

Формирование таких симптомов и стадий эмоционального выгорания как эмоционально-нравственная дезориентация, резистенция и психосоматические и психовегетативные нарушения, а также высокие показатели несдержанности обуславливают расширение репертуара средств достижения поставленной цели, что вероятно можно объяснить снижением тенденции учитывать эмоционально-личностные потребности окружающих.

Благоприятные условия внешней среды позволяют личности скомпенсировать поведение. Возрастающая нагрузка вызывает перенапряжение защитных механизмов психики, в результате чего трудности личности на уровне самоконтроля и ценностно-смысловой сферы становятся очевидными для окружающих. Можно предположить, что описанные психологические изменения выходят за рамки невротического расстройства, но и затрагивают экзистенциальный уровень личности.

Группа, отличающаяся снижением уровня профессионального стресса, характеризуется множественностью взаимосвязей разно-уровневых психологических конструкторов. С учетом описанного выше дезадаптивного психологического профиля это может являться следствием перенапряжения защитных механизмов, что подтверждается высокими значениями показателей первых стадий выгорания: напряжения и резистенции. Первые две фазы заключаются в нарастании напряжения и формировании патологических защитных механизмов для сокращения эмоциональных затрат, отличаются сохранным энергетическим тонусом. Можно предположить, что снижение субъективного переживания профессионального стресса спустя год у этой группы обусловлено дальнейшим развитием профессионального выгорания, сопровождающимся падением энергетического тонуса и характеризующимся эмоциональным равнодушием к условиям и результатам собственной профессиональной деятельности.

Группа, характеризующаяся повышением уровня профессионального стресса, отличается бедностью взаимосвязей разно-уровневых психологических конструкторов, что указывает на низкую опосредованность психической процессов, высокую степень влияния внешних факторов, способных оказать влияние на внутреннее состояние, формирование убеждений, процессе принятия решений.

Так, убеждение о силе собственного «Я» связано с низкой выраженностью симптомов выгорания. Выявлено, что группа отличается низкими значениями несдержанности, стремления к риску, импульсивности и эгоцентризма. Что может быть связано с формированием проблемно-фокусированного копинга решения стрессовой ситуации ввиду высокой оценки собственных ресурсов. Базисное убеждение о собственном «Я» как о сильном и компетентном не оказывает влияния на процессуальную организацию принятия управленческих решений. Убеждение о собственной удачливости снижает регулярность обращения к такому дезадаптивному копингу как избегание ($r=-0,578$; $p=0,030$), а убеждение о возможности контролировать происходящие события повышает способность старшего офицерского состава адекватно оценивать результаты своей деятельности ($r=0,602$; $p=0,023$). Можно предположить, что именно этот факт способствует увеличению интенсивности субъективного переживания профессионального стресса, так как способствует

осознанию ситуаций как сложных и требующих усилий к преодолению [3].

Увеличению интенсивности субъективного переживания профессионального стресса также способствовала ориентация на достижение поставленной цели ($r=0,604$; $p=0,022$), а также увеличение толерантности к неопределенности ($r=0,685$; $p=0,007$), что согласуется с литературными данными [11]. Можно предположить, что увеличению общего уровня профессионального стресса между двумя замерами в данной группе способствовала высокая мотивация к достижению профессионального успеха в контексте усложнения условий профессиональной деятельности.

Заключение. Общий уровень эмоционального выгорания зависит от выраженности таких индивидуально-типологических качеств как стремление к риску, несдержанность, импульсивность и эгоцентризм. Психологическое сопровождение, включающее в себя профилактику и коррекцию выраженности данных качеств, может повысить психологическую адаптивность высшего офицерского состава. Полученные результаты позволяют предположить, что динамика профессионального стресса и описанные нами психологические особенности выходят за рамки невротического расстройства и затрагивают экзистенциальный уровень личности.

Выявлена взаимосвязь выраженности эмоционального выгорания с интенсивностью переживания профессионального стресса. Целесообразно проведение психопрофилактической работы для снижения интенсивности переживания профессионального стресса посредством оптимизации уровня мотивации к достижению профессионального успеха, а также повышения фрустрационной толерантности в случае совершения профессиональных ошибок. Выявленные закономерности требуют дальнейшего эмпирического подтверждения в рамках лонгитюдного наблюдения за счет включения в исследование переменных, измеряющих копинг-стратегии, проведения повторного замера уровня эмоционального выгорания.

Литература

1. Апчел, В.Я. Основные принципы и современные направления оценки профессиональной пригодности военных специалистов / В.Я. Апчел, В.Г. Белов, В.И. Говорун, А.Ю. Парфенов // Вестник Российской военно-медицинской академии. – 2007. – №. 1 (17). – С. 60-64.

2. Василенко, Е.В. Формирование профессионально-психологической устойчивости будущих сотрудников ОВД к экстремальным ситуациям : дис. ... канд. психол. наук / Е.В. Василенко – Ставрополь, 2008. – 229 с.
3. Зотова, Е.Ю. Современные исследования толерантности к неопределенности в зарубежной психологии / Е.Ю. Зотова // Вестник НГУ. Серия: Психология. – 2009. – Т. 3, Вып. 1. – С. 147-155.
4. Рыбников, В.Ю. Психология копинг-поведения специалистов опасных профессий / В.Ю. Рыбников, Е.Н. Ашанина. – СПб. : Политехника-сервис, 2012. – 120 с.
5. Серов, А.Н. Теоретические аспекты формирования стрессоустойчивости у курсантов военных вузов / А.Н. Серов // Известия Российского Государственного Педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2008. – №. 60. – С. 452-455.
6. Слободская, Е.Р. Темперамент как фактор приспособления личности в критические периоды развития : дис. ... д-ра психол. наук / Е.Р. Слободская – Новосибирск, 2000. – 509 с.
7. Смирнова, Н.Н. Детерминанты экстремальной профессиональной деятельности сотрудников силовых структур / Н.Н. Смирнова, А.Г. Соловьев // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. – 2014. – №. 1. – С. 98-107.
8. Шамрей, В.К. Основные показатели психических расстройств офицеров Вооруженных сил Российской Федерации (2003–2015 гг.) / В.К. Шамрей, В.И. Евдокимов, П.П. Сивашченко, А.В. Лобачев // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. – 2017. – №. 1. – С. 66-76.
9. Janoff-Bulman, R. Rebuilding shattered assumptions after traumatic life events: coping processes and outcomes. In: C.R. Snyder (Ed.) Coping: The psychology of what works. – N.Y. Oxford University Press, 1998.
10. Lazarus R.S. Psychological stress and the coping process. – N.Y.: McGraw-Hill, 1966.
11. Lane, M.S. The Ambiguity Tolerance Interface: A Modified Social Cognitive Model for Leading under Uncertainty / M.S. Lane, K. Klenke // Journal of Leadership & Organizational Studies. – 2004. – Vol. 10, N 3. – P. 69-81.
12. Rungay, J. The lion's den: professional defenses in the treatment of dangerous patients / J. Rungay, E. Munro // The Journal of Forensic Psychiatry. – 2001. – Vol. 12, No. 2. – P. 357-378.

Literature

1. Apchel, V.Ya. Basic principles and modern directions for assessing the professional suitability of military specialists / V.Ya. Apchel, V.G. Belov, V.I. Govorun, A.Yu. Parfenov // Bulletin of the Russian Military Medical Academy. – 2007. – No. 1 (17). – P. 60-64.
2. Vasilenko, E.V. Formation of professional-psychological stability of future ATS employees to extreme situations: dis. ... cand. Psychol. Sci. / E.V. Vasilenko – Stavropol, 2008. – 229 p.
3. Zotova, E.Yu. Modern research of tolerance to uncertainty in foreign psychology / E.Yu. Zotova // Bulletin of NSU. Series: Psychology. – 2009. – Vol. 3, No.1. – P. 147-155.
4. Rybnikov, V.Yu. Psychology of coping behavior of specialists in dangerous occupations / V.Yu. Rybnikov, E.N. Ashanina. – St. Petersburg : Polytechnic Service, 2012. – 120 p.
5. Serov, A.N. Theoretical aspects of the formation of stress resistance in cadets of military universities / A.N. Serov // Proceedings of the Russian State Pedagogical University A.I. Herzen. – 2008. – Vol. 60. – P. 452-455.
6. Slobodskaya, E.R. Temperament as a factor of personal adaptation in critical periods of development: dis. ... Dr. Psychol. Sci. / E.R. Slobodskaya. – Novosibirsk, 2000. – 509 p.
7. Smirnova, N.N. Determinants of extreme professional activity of employees of security agencies / N.N. Smirnova, A.G. Solovyov // Medico-biological and socio-psychological problems of safety in emergency situations. – 2014. – No. 1. – P. 98-107.
8. Shamrey, V.K. The main indicators of mental disorders of officers of the Armed Forces of the Russian Federation (2003–2015) / V.K. Shamrey, V.I. Evdokimov, P.P. Sivashchenko, A.V. Lobachev // Medico-biological and socio-psychological problems of safety in emergency situations. – 2017. – No. 1. – P. 66-76.
9. Janoff-Bulman R. Rebuilding shattered assumptions after traumatic life events: coping processes and outcomes. In: C.R. Snyder (Ed.) Coping: The psychology of what works. – N.Y. Oxford University Press, 1998.
10. Lazarus R.S. Psychological stress and the coping process. – N.Y.: McGraw-Hill, 1966.
11. Lane, M.S. The Ambiguity Tolerance Interface: A Modified Social Cognitive Model for Leading under Uncertainty / M.S. Lane, K. Klenke // Journal of Leadership & Organizational Studies. – 2004. – Vol. 10, No. 3. – P. 69-81.
12. Rungay, J. The lion's den: professional defenses in the treatment of dangerous patients / J. Rungay, E. Munro // The Journal of Forensic Psychiatry. – 2001. – Vol. 12, No. 2. – P. 357-378.

