XXI Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2019 года.
Материалы к проекту «Развитие концепции проактивности с позиций уровневой теории личности А.Ф. Лазурского»
(научно-исследовательский проект, кандидатская и магистерская диссертации)
https://psy.su/psyche/projects/2435/

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

На правах рукописи

ВОИЩЕВА
Надежда Михайловна

ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЭКОЛОГОВ

19.00.03. – психология труда, инженерная психология, эргономика

ДИССЕРТАЦИЯ

на соискание ученой степени кандидата психологических наук

Научный руководитель:
доктор психол. наук, профессор,
заслуженный деятель науки РФ
НИКИФОРОВ Г.С.

Санкт-Петербург, 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 4

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЭКОЛОГОВ 14

1.1 Теоретические и прикладные аспекты изучения совладающего поведения в современной психологии 14

1.2 Совладающее поведение и стресс в профессиональной деятельности 29

1.3 Эффективность совладающего поведения 35

1.4 Индивидуально-психологические особенности совладающего поведения 44

1.5 Профессиональная деятельность эколога: специализации, компетенции, психологические особенности 58

Выводы по главе 1 70

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У ЭКОЛОГОВ 72

2.1 Постановка проблемы исследования 72

2.2 Профессионально важные качества, необходимые экологам разных специализаций 74

2.3 Стрессовые факторы в профессиональной деятельности экологов 79

2.4 Общая характеристика выборки 83

2.5 Описание и обоснование психодиагностического инструментария 85

2.6 Методы математико-статистической обработки 99

Выводы по главе 2 100

ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ АНАЛИЗА ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЭКОЛОГОВ 102

3.1 Результаты исследования индивидуально-психологических особенностей экологов разных специализаций 102

3.1.1 Результаты исследования по блоку «индивидуально-психологические особенности» 102

3.1.2 Результаты опроса по блоку «Совладающее поведение» 109

3.1.3 Результаты опроса по блоку «Показатели эффективности/ неэффективности совладающего поведения» 112

Выводы по параграфу 3.1 116

3.2 Анализ различий индивидуально-психологических особенностей, копинг-стратегий и профессионального выгорания у экологов разных специализаций 117

Выводы по параграфу 3.2 120

3.3 «Проактивный», «Просоциальный» и «Асоциальный» копинг-стили 120

3.3.1 Факторная структура стратегий преодоления стрессовых ситуаций: «Проактивный», «Просоциальный» и «Асоциальный» копинг-стили 120

3.3.2 Индивидуально-психологические особенности «Проактивного», «Просоциального» и «Асоциального» копинг-стилей 122

Выводы по параграфу 3.3 137

3.4 Типы совладающего поведения: «Реактивное», «Активное», «Проактивное»..... 137

3.4.1 Кластерный анализ взаимосочетания «Проактивного», «Просоциального» и «Асоциального» копинг-стилей 137

3.4.2 Взаимосвязь «Реактивного», «Активного», «Проактивного» типов совладающего поведения и показателей эффективности/неэффективности процесса совладания 141

3.4.3 Индивидуально-психологические особенности «Реактивного», «Активного», «Проактивного» типов совладающего поведения 147

3.4.4 Взаимосвязь специализации экологов и типа совладающего поведения..... 155

Выводы по параграфу 3.4 156

3.5 Апробация «Тренинга проактивного совладающего поведения» для профилактики профессионального выгорания у экологов 157

Выводы по главе 3 163

ВЫВОДЫ……165

ЗАКЛЮЧЕНИЕ……..170

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ……175

ПРИЛОЖЕНИЕ А Индивидуально-психологические особенности, необходимые экологам разных специализаций……...194

ПРИЛОЖЕНИЕ Б Батарея тестов основного этапа исследования……201

ПРИЛОЖЕНИЕ В Переменные основного этапа исследования……...223

ПРИЛОЖЕНИЕ Г Корреляционный анализ индивидуально-психологических особенностей и «Проактивного», «Просоциального» и «Асоциального» копинг-стилей……..228

ВВЕДЕНИЕ

2013 год в Российской Федерации был объявлен Годом охраны окружающей среды, 2017 – Годом экологии. Бережное отношение к окружающей природной среде, предотвращение экологических катастроф являются важными задачами современного общества, в решении которых большую роль играют специалисты-экологи. Следует отметить, что психологические особенности профессиональной деятельности экологов изучены недостаточно. С 1996 по 2016 год в России было защищено несколько диссертаций, в которых рассматриваются отдельные узкие аспекты формирования компетенций, необходимых экологу для осуществления профессиональных обязанностей. Психологические особенности совладания со стрессом в профессиональной деятельности экологов мало изучены. Изменчивость экологического законодательства, дисбаланс уровня ответственности и полномочий, давление как извне, со стороны органов экологического контроля и надзора, так и изнутри, со стороны коллег и руководства компании – лишь немногие профессиональные стрессоры, с которыми сталкиваются экологи при выполнении своей работы. Выделение наиболее значимых профессиональных стрессоров и изучение их вклада в переживание профессионального стресса у экологов является актуальной задачей психологии труда.

Умение справляться с профессиональными стрессами при осуществлении трудовой деятельности – важное условие профессиональной адаптации и успешной деятельности экологов. В силу многомерности и сложности природы процессов совладания, теория совладающего поведения с профессиональными стрессами, его психологические механизмы разработаны недостаточно. Остается мало изученным вопрос о том, за счет каких индивидуально-психологических особенностей личности обеспечивается эффективность совладающего поведения.

Современная общемировая тенденция к экологизации экономики требует от экологов стратегического видения развития предприятий и организаций. Их профессиональная деятельность нацелена на сохранение благоприятной

окружающей среды для жизни последующих поколений, направлена на долгосрочную временную перспективу, что при осуществлении профессиональной деятельности требует использования проактивных копинг-стратегий, ориентированных на отдаленное будущее. С прикладной точки зрения мало разработанными являются методы обучения конструктивным способам совладающего поведения в целях преодоления и превенции профессиональных стрессов, а также профилактики дисфункционального профессионального развития у экологов.

Цель исследования: выявление индивидуально-психологических особенностей совладающего поведения, обеспечивающих зрелость профессиональной идентичности и снижение риска развития профессионального выгорания у экологов.

Основная гипотеза исследования состояла в том, что проактивное совладающее поведение связано с определенными индивидуально-психологическими особенностями, обеспечивающими эффективное совладание с профессиональными стрессами, зрелость профессиональной идентичности и снижение риска развития профессионального выгорания у экологов различных специализаций.

Для достижения поставленной цели и в соответствии с гипотезой были сформулированы следующие теоретические и эмпирические **задачи исследования:**

1. Проанализировать и обобщить существующие в отечественной и зарубежной психологии исследования совладающего поведения, разработать модель связи индивидуально-психологических особенностей работника, стресса, типа совладающего поведения и результатов профессионального развития.

2. Выделить специализации экологов по признаку местонахождения в системе на рынке экологических услуг, изучить психологические особенности профессиональной деятельности и профессионально важные качества, необходимые экологам с учетом их специализации.

3. Изучить и систематизировать профессиональные стрессоры в деятельности экологов с учетом их специализации.

4. Изучить копинг-стратегии, применяемые экологами разных специализаций при осуществлении профессиональной деятельности.

5. Определить основные копинг-стили (концептуально сходные копинг-стратегии), применяемые экологами в профессиональной деятельности, изучить взаимосвязи индивидуально-психологических особенностей с избирательностью копинг-стиля.

6. Выделить группы экологов по типу совладающего поведения (взаимосочетанию разных копинг-стилей).

7. Проанализировать взаимосвязь типов совладающего поведения с профессиональным выгоранием у экологов, статусом их профессиональной идентичности и выделить наиболее эффективный тип совладающего поведения.

8. Изучить индивидуально-психологические особенности экологов с разными типами совладающего поведения, изучить типы совладающего поведения у экологов разных специализаций.

9. Разработать и апробировать тренинг совладающего поведения с целью профилактики профессионального выгорания у экологов.

Объект исследования: экологи разных специализаций, работающие на предприятиях, в проектных организациях и в органах контроля и надзора г. Санкт-Петербурга и других городов России (общее количество 262 человека (178 человек на основном этапе исследования, 74 – на этапе изучения профессионально важных качеств у экологов разных специализаций, 10 экспертов при разделении экологов на группы по типам специализаций).

Предмет исследования:
индивидуально-психологические особенности, влияющие на совладающее поведение у экологов (ценностная структура личности, восприимчивость к организационному стрессу, антиципационная состоятельность, личностные особенности по пятифакторной модели H. Tsuji, особенности системы отношений к-себе, к-миру, к-другому по В. Н. Мясищеву) и показатели

эффективности/неэффективности совладающего поведения (профессиональное выгорание и статус профессиональной идентичности).

Теоретико-методологическая основа исследования построена на принципах личностного, личностно-деятельностного и субъектно-деятельностного подхода (К. А. Абульханова-Славская, Б. Г. Ананьев, В. М. Бехтерев, В. А. Бодров, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн), теории мотивации В. Ф. Чижа, уровневой теории личности А. Ф. Лазурского, психологии отношений В. Н. Мясищева; а также на теоретических положениях и принципах, сформулированных в отечественной психологии труда и профессионального здоровья (В. А. Бодров, Н. Е. Водопьянова, А. В. Карпов, Е. А. Климов, Б. Ф. Ломов, А. Г. Маклаков, А. К. Маркова, Г. С. Никифоров, В. А. Пономаренко и др.).

В качестве основной методологии исследования выступает когнитивно-транзактная теория стресса (R. Lazarus, S. Folkman, T. Cox, C. MacKay), в контексте которой участники стрессовой ситуации выступают как активные субъекты взаимодействия с ситуацией, которая рассматривается в качестве стрессовой в зависимости от ее когнитивного оценивания и имеющихся ресурсов; теоретические и практические исследования отечественных ученых, в которых описаны различные подходы к изучению совладающего поведения, в том числе в контексте профессиональной деятельности (Е. А. Белан, Е. В. Битюцкая, Н. Е. Водопьянова, Л. Г. Дикая, В.И. Евдокимов, Е. Р. Исаева, Т. Л. Крюкова, А. Б. Леонова, Е. А. Сергиенко и др.); ресурсные концепции психологического стресса, в которых совладающее поведение рассматривается в качестве одного из ресурсов профилактики профессионального выгорания (Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова, C. Maslach, S. Jackson, S. Hobfoll), в том числе на теорию проактивного совладающего поведения (L. G. Aspinwall, S. E. Taylor E. R. Greenglass, R. Schwarzer, А. И. Ерзин, В. Ю. Слабинский, Е. С. Старченкова), направленного на долгосрочную временную перспективу и начинающемуся до возникновения возможного стресса.

Методы исследования: теоретический анализ литературных источников по проблеме исследования; комплекс психодиагностических методик; методы и процедуры статистической обработки данных пакета IBM SPSS Statistics 19 для количественной и качественной интерпретации данных (показатели описательной статистики, таблицы сопряженности, методы параметрического корреляционного анализа, однофакторный дисперсионный анализ, многомерный регрессионный анализ, кластерный анализ, факторный анализ, непараметрический критерий Вилкоксона для зависимых выборок). Для проведения эмпирического исследования применялись следующие методики, используемые для изучения и оценки индивидуально-психологических особенностей совладающего поведения: опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (SACS) S. Hobfoll в адаптации Н. Е. Водопьяновой, Е. С. Старченковой; опросник «Проактивное совладающее поведение» L. G. Aspinwall, R. Schwarzer, S.Taubert, в адаптации Е. С. Старченковой; опросник «Исследование представлений субъекта труда о необходимых для деятельности свойствах личности» М. А. Дмитриевой для изучения профессий, в которых преобладают элементы умственного труда; опросник «Профессиональное выгорание» Н. Е. Водопьяновой, Е. С. Старченковой (разработанный на основе модели C. Maslach, S. Jackson); «Шкала организационного стресса» A. McLean в адаптации Н.Е. Водопьяновой; «Методика изучения профессиональной идентичности» Л. Б. Шнейдер; «Тест антиципационной состоятельности» В. Д. Менделевича; «Пятифакторный опросник личности» H. Tsuji в адаптации А. Б. Хромова; опросник «БАК-конфликт» В. Ю. Слабинского (разработанный на базе опросника «WIPPF» N. Peseschkian, H. Deidenbach); опросник «Уровень соотношения «ценности» и «доступности» Е. Б. Фанталовой.

Научная новизна исследования:

1. Описаны психологические особенности профессиональной деятельности четырех специализаций экологов, выполняющих разные функции на рынке экологических услуг, проведена их классификация на основе типологий, предложенных Е. А. Климовым.

2. Систематизированы профессиональные стрессоры и профессионально важные качества у экологов разных специализаций.

3. Выделены и описаны «Проактивный», «Просоциальный» и «Асоциальный» копинг-стили, взаимосочетание которых формирует три типа совладающего поведения («Реактивный», «Активный», «Проактивный») в профессиональной деятельности экологов.

4. Выявлены индивидуально-психологические особенности экологов с «Реактивным», «Активным», «Проактивным» типом совладающего поведения.

5. Выявлена и описана взаимосвязь типа совладающего поведения с профессиональным выгоранием и статусом профессиональной идентичности как показателями эффективности/неэффективности процесса совладания с профессиональными стрессами в деятельности экологов.

Теоретическая значимость работы

1. Переосмыслена концепция проактивного совладающего поведения L.G. Aspinwall, R. Schwarzer, S. Taubert с позиций отечественной психологической школы: уровневой теории личности А. Ф. Лазурского, теории мотивации В. Ф. Чижа, этических императивов С. Л. Франка.

2. Проведенное исследование и полученные в нем результаты вносят вклад в разработку уровневого подхода к совладающему поведению.

3. Изучены и описаны индивидуально-психологические особенности совладающего поведения в профессиональной деятельности экологов, обеспечивающие зрелость профессиональной идентичности и снижение риска развития профессионального выгорания.

Практическая значимость

1. Полученные данные о профессиональных стрессорах и профессионально важных качествах экологов разных специализаций применяются при проведении профориентации, а также для формирования профессиональных компетенций в процессе профессиональной подготовки экологов. Результаты исследования включены в программу профессиональной переподготовки «Охрана окружающей среды» и программу повышения

квалификации «Подготовка эколога-аудитора. Внедрение системы экологического менеджмента и аудита на предприятии» Института повышения квалификации «Интеграл», программу повышения квалификации «Обеспечение экологической безопасности руководителями и специалистами общехозяйственных систем управления» Центра научно-технической информации «Прогресс».

2. На основе результатов исследования разработан «Тренинг проактивного совладающего поведения» для профилактики профессионального выгорания у экологов. Полученные в исследовании данные об индивидуально-психологических особенностях совладающего поведения как предикторах профессионального выгорания у экологов используются психологами-консультантами, HR-специалистами для построения эффективной системы психологической помощи экологам.

3. Полученный эмпирический материал включен в программы учебных дисциплин «Психология менеджмента» и «Психология профессионального здоровья», которые входят в учебный план подготовки по кафедре психологического обеспечения профессиональной деятельности факультета психологии СПбГУ по направлению 030300 «Психология» (бакалавриат, магистратура) при подготовке психологов, ориентированных на решение проблем, связанных с повышением эффективности деятельности сотрудников организаций.

Достоверность и надежность полученных результатов исследования и сделанных на их основе выводов обеспечивались: методологической и теоретической обоснованностью исходных положений; применением в качестве теоретико-методологических оснований принципов, подходов, концепций, получивших эмпирическую проверку; использованием комплекса стандартизированных методик исследования, соответствующих его целям, задаче и гипотезе; достаточным объемом эмпирической выборки и ее репрезентативностью (общее количество экологов, принявших участие в основном исследовании, 178 человек); корректным применением методов

математико-статистической обработки данных с использованием компьютерных программ; содержательным анализом полученных результатов.

Положения, выносимые на защиту:

1. Профессиональная деятельность экологов осуществляется в условиях высокой напряженности, что способствует развитию профессионального выгорания и повышает риск ухудшения профессионального здоровья. Уровень профессионального выгорания не зависит от специализации экологов.

2. В профессиональной деятельности экологов выделено 3 типа совладающего поведения по взаимосочетанию «Проактивного», «Просоциального» и «Асоциального» копинг-стилей: 1. «Реактивный», 2. «Активный», 3. «Проактивный». Избирательность типа совладающего поведения не зависит от специализации эколога, а определяется спектром индивидуально-психологических особенностей специалиста.

Индивидуально-психологические особенности «Реактивного» типа совладающего поведения: низкая личностно-ситуативная и временная антиципационная состоятельность, высокая восприимчивость к организационному стрессу, ригидность, низкий уровень самопознания, активности и продуктивности поведения, узость интересов, низкий волевой контроль поведения, высокая эмоциональность, неумение выстраивать гармоничные взаимоотношения, низкий уровень опоры на межпоколенную смыслообразующую связь, низкая ценность материально-обеспеченной жизни.

Индивидуально-психологические особенности «Активного» типа совладающего поведения: ориентация на ценность материально-обеспеченной жизни, низкий уровень ценности наличия хороших и верных друзей, низкий уровень доверия людям, отделенность от людей, эмоциональная сдержанность, высокий уровень личностно-ситуативной антиципационной состоятельности, гибкость поведения.

Индивидуально-психологические особенности «Проактивного» типа совладающего поведения: ориентация на ценность наличия хороших и верных друзей, ориентация на взаимодействие с людьми, умение выстраивать

гармоничные взаимоотношения, опора на межпоколенную смыслообразующую связь, высокий уровень временной антиципационной состоятельности, высокий волевой контроль регуляции поведения, обязательность, усердие, эмоциональная сдержанность.

3. Применение «Проактивного» типа совладающего поведения связано с низким уровнем профессионального выгорания и достижением статуса позитивной профессиональной идентичности. «Проактивный» тип совладающего поведения чаще применяют инспекторы по охране природы, что обусловлено спецификой государственной службы с ориентацией на мотивы долга.

***А*пробация работы.** Содержание диссертационной работы обсуждалось на заседаниях кафедры психологического обеспечения профессиональной деятельности факультета психологии СПбГУ (2011, 2013, 2015). Основные положения диссертационного исследования были представлены на следующих российских и международных конференциях: Международная научно-практической конференция молодых ученых «Психология XXI века» (г. Санкт-Петербург, 2013); Международная научная конференция «Ананьевские чтения» (Санкт-Петербург, 2014, 2016); XI ежегодная Всероссийская научно-практическая конференция студентов, аспирантов и молодых ученых с международным участием «Проблемы теории и практики современной психологии» (г. Иркутск, 2012); Региональная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы практической психологии» (г. Тверь, 2012); Чтения, посвященные памяти А. Ф. Лазурского (г. Санкт-Петербург, 2011, 2012, 2013); Межрегиональная научно-методическая конференция «Современное ноосферное мировоззрение и проблемы развития образования» (г. Тверь, 2013); Международная научная конференция «Нейронаука в психологии, образовании, медицине» (г. Санкт-Петербург, 2014); II-я Международная научно-практическая конференция «Медицинская (клиническая) психология: исторические традиции и современная практика, (г. Ярославль, 2015); III Всероссийская научно-практическая конференция «Актуальные вопросы профилактики, ранней диагностики и лечения психосоматических расстройств у работников промышленных предприятий и

населения» (г. Санкт-Петербург, 2017); Международная научно-практическая конференция «Психология труда и управления как ресурс развития общества в условиях глобальных изменений (г. Тверь, 2018). По теме диссертации опубликовано 6 статей в журналах из списка ВАК.

Структура и объем работы. Диссертация состоит из введения, трех глав, выводов, заключения, списка литературы (176 источников, из них 29 на иностранных языках) и 4 приложений. Основной текст диссертации изложен на 171 странице и сопровождается 36 таблицами, 11 рисунками. В приложении представлены материалы, используемые в эмпирической части исследования: результаты исследования профессионально важных качеств у экологов разных специализаций, батарея тестов и таблица переменных основного этапа исследования, а также данные статистической обработки, детализирующие основные результаты работы.