

## СУБЪЕКТНО-ЛИЧНОСТНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛА

© 2017 г. С. В. Котовская

*Кандидат биологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии,  
Московский государственный гуманитарно-экономический университет, г.  
Москва  
e-mail: s.marunyak74@mail.ru*

В работе представлены результаты эмпирического исследования субъектно-личностных детерминант жизнеспособности профессионала. Процесс интеграции личности в профессиональную среду за счет конструктивной апперцепции (через умение выделить важное и опустить несущественное), конгруэнтного восприятия других и себя способствует профессиональной социализации личности, что в совокупности формирует высокую жизнеспособность профессионала.

*Ключевые слова:* жизнеспособность, профессиональная деятельность, трудные ситуации, эмоциональная сфера, психическая деятельность.

Жизнеспособность человека как объект исследования на протяжении нескольких последних десятилетий становится наиболее востребованным. В отечественную науку термин «жизнеспособность» внес Б.Г. Ананьев, который вкладывал в это понятие общий энергетический потенциал, как общую способность человека к эффективному функционированию, определяющую уровень осуществления жизненных функций; как основной потенциал индивидуального развития [1]. В процессе совладания со сложными жизненными ситуациями особую роль, по мнению ученого, играет качество межличностных связей, которые повышают выносливость человека к тяжелым испытаниям и позволяют сохранять жизнеспособность в самых сложных ситуациях. К характерологическим особенностям

исследователь относил: постоянное когнитивное развитие, высокую социальную активность, труд и творчество.

В настоящее время жизнеспособность активно изучается в экономических, социальных, педагогических, биологических и медицинских науках. В психологии высокий интерес представляет жизнеспособность человека, семьи, девиантных детей и подростков, профессионала, организации и др. [5; 11].

Дефиниция жизнеспособности человека определяется как:

- устойчивость личности и группы к меняющимся условиям жизнедеятельности [15];
- удовлетворенность жизнью и уверенностью в своей способности влиять на будущее [20];
- метаспособность, включающая самоэффективность, настойчивость, совладание и адаптацию, внутренний локус контроля, духовность, конструктивные межличностные отношения [10];
- как способность к самоопределению (нравственному, социальному, жизненному, профессиональному), к социальной адаптации, самореализации, к достижению наивысших результатов в различных областях жизни; стремление к построению своей жизни, способность самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность, преодолевать трудные жизненные ситуации [3];
- интегративная психологическая характеристика, позволяющая раскрыть способность к адаптации, сохранение собственной аутентичности, преодолению трудных жизненных ситуаций действиям вопреки, а не благодаря обстоятельствам и условиям [21];
- индивидуальная способность человека к управлению собственными ресурсами, обеспечивающая высокий предел личностной психической адаптации в контексте развития личности, а также социальной и

профессиональной самореализации в условиях социальных, культурных норм и средовых условий [8].

Н.М. Сараева и А.А. Суханов, опираясь на исследования Б.Г. Ананьева, утверждают, что снижение продуктивности психической деятельности (психической активности), есть ослабление жизнеспособности [16].

Функционирование психической деятельности обеспечивается тремя взаимосвязанными уровнями: бессознательным, подсознательным и сознательным. Бессознательный уровень регулируется неосознаваемыми биологическими механизмами, которые представлены врожденными инстинктивными рефлексам. Автоматизированные и обобщенные стереотипы поведения человека (умения, навыки, привычки, интуиция), формирующиеся в процессе индивидуального профессионального развития, обеспечивают подсознательный уровень психической деятельности. Автоматизмы, как набор готовых поведенческих паттернов, позволяют более квалифицированно регулировать деятельность, в том числе и трудовую, при решении повторных стандартизированных задач в типовых ситуациях. На данном уровне происходит мгновенная эмоционально-чувственная оценка воспринимаемого с позиции соответствия заложенных норм. Жизнеспособность, как метаспособность, позволяет эмоционально воспринимать профессиональную нагрузку как обычную, к которой их психика готова, выработаны компетенции. Формирование компетенций происходит за счет автоматизации трудовых навыков, а также благодаря семейным традициям. В процессе онтогенеза, ребенок, находящийся в определенной профессиональной среде его родителей, получает элементарные профессиональные умения. Так ребенок, рожденный, например, в медицинской семье, «с молоком матери» впитывает латынь, анатомию, фармакотерапию, знает профессию с ее внутренней стороны, что позволяет ему быстрее осваивать медицинские специальности, быть в этой среде более жизнеспособным.

Сфера социализации личности (сфера сознательной психической деятельности) базируется на механизмах понятийной регуляции деятельности и поведения, а готовность воспринимать действительности и действовать определенным образом. Приобретать новый опыт, творчески выстраивать собственную линию жизни, перерабатывать прошлый опыт взаимодействий в связи с поставленными целями позволяет жизнеспособность [12]. Е.И. Кузьмина рассматривает жизнеспособность как сложный многоаспектный феномен, включающий внешние и внутренние детерминанты, благодаря которым человек способен противостоять жизненным трудностям, и, преодолевая их, становится более сильным в личностном и профессиональном планах, проявляющаяся в трудных и экстремальных ситуациях в мирное и военное время [7].

Высокий уровень жизнеспособности, по мнению С.В. Забегалиной, предусматривает, что личность постоянно экстраполирует себя в будущее, а будущее проецирует в свое настоящее, т.е. постоянно происходит соотношение прошлого, настоящего и будущего, а прошлый опыт трансформируется как в настоящее, так и в будущее. Бесспорно, что индивидуально-психологические особенности личности, предрасположенность к определенному личностному реагированию, детерминированная прошлым опытом, а также включением в актуальную действительность влияют на жизнеспособность профессионала [6]. Любой человек в процессе жизнедеятельности сталкивается со множеством неблагоприятных жизненных ситуаций, которые воспринимаются определенным образом и способствуют формированию соответствующего отношения к такого рода событиям.

Одно из необходимых условий прогнозирования - это эмоции, которые интеллектуализируются с помощью психических познавательных процессов, повышают активность поведения и обеспечивают более успешный поиск необходимой информации. Хронический дефицит

информации, приводящий к образованию способности интуитивного познания П.В. Симонов связывает с происхождением эмоций [17], а резкое снижение жизнеспособности связано с эмоциональным дисбалансом и невозможностью к адаптации. В условиях экстремальной деятельности, эмоциональный фон, процессы адаптации и прогнозирования, в целом жизнеспособность приобретают особую значимость. Эмоциональные, поведенческие и когнитивные факторы жизнеспособности включаются при неадекватной эмоциональной оценке ситуации, или в случае увеличения риска неадекватности поведения. Континуум эмоционально-поведенческого реагирования предполагает два диаметрально противоположных варианта, которые направлены или на получение опыта и устранение экстремального фактора (активность), или на выбор позиции пассивного переживания. Таким образом, диагностика и прогнозирование эмоционального состояния, возникающее в процессе трудовой деятельности, особенно при действии различных неблагоприятных и экстремальных факторов, является важным аспектом определения жизнеспособности.

Наряду с определением эмоционально состояния, по мнению Л.Г. Дикой, поиск субъектно-личностных детерминант, обеспечивающих жизнеспособность, особенно при профессиональной деятельности в особых условиях, с возможностями возникновения неблагоприятных функциональных состояний, развивающихся в экстремальных условиях деятельности, где требуется адаптация к сложным ситуациям и саморегуляция, является в настоящее время одной из актуальных задач [4]. Несмотря на осуществление в последние годы большого спектра организационных мероприятий в области обеспечения жизнеспособности, защищенности жизнедеятельности, уменьшения размеров людских потерь, морального и материального ущерба от аварий, природных, техногенных и социогенных катастроф, данная деятельность оказывается

малоэффективной без учета субъектно-личностных детерминант, обеспечивающих жизнеспособность, т.к. при авариях или катастрофах в 70-85% случаев виноват человеческий фактор [2; 13].

### ВЫБОРКА И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследуемые испытуемые мужского пола различных профессиональных групп, повседневная деятельности которых на содержательном уровне включала экстремальный компонент (авиационные военные и гражданские диспетчеры; моряки – надводники и моряки – подводники; участники боевых действий; летчики транспортной и истребительной авиации наземного и палубного базирования; рыбаки тралового флота; пожарные; специалисты, занимающиеся утилизацией радиоактивных веществ; врачи скорой медицинской помощи) были разделены на по уровню жизнеспособности.

В группу с низким уровнем жизнеспособности вошли лица, переживающие психотравмирующие обстоятельства, неудовлетворенность собой, ощущение «загнанности в клетку», тревоги и депрессии, проявляющие неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, эмоционально-нравственную дезориентацию, расширение сферы экономии эмоций, редукцию профессиональных обязанностей, эмоциональный дефицит, эмоциональную и личностную отстраненность, показывающие наличие психосоматических и психовегетативных нарушений. Группу с высоким уровнем жизнеспособности вошли представители трудных профессий без указанных признаков.

Из 764 обследуемых в 1 группу (с низким уровнем жизнеспособности) были включены 55 мужчин, средний возраст которых  $32,11 \pm 9,40$  лет (7,20% от общей выборки), вторую (с высоким уровнем жизнеспособности) составили 397 человек, средний возраст которых  $29,62 \pm 7,77$  лет (51,96% от общей выборки). Не высокий процент представителей 1 группы

объясняется квалифицированным профессионально-психологическим отбором, высоким качеством профессиональной подготовки, а также постоянным медицинским и психологическим сопровождением представителей этих профессиональных групп.

Все испытуемые, после подписания добровольного согласия на проведение исследования, были диагностированы по следующим методикам: методика «S-тест» для оценки способности к оперированию пространственными образами и темпа мыслительных операций (Мосягин И.Г., 2009); методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко для исследования стереотипа эмоционального профессионального реагирования в ответ на психотравмирующие воздействия [18]; методика диагностики межличностных отношений (ДМО) для исследования структуры межличностных отношений [19]; опросник Мини-Мульт для оценки свойств личности [18]; типологический опросник акцентуаций характера Г. Шмишека для выявления типов акцентуаций характера [18].

Обработка результатов проведена с использованием стандартных методов статистики Windows Millennium Edition; Excel 1997 для Microsoft Office; SPSS 11.5, а также с помощью стандартных расчетных методов. Результаты представлены в виде медианы (Md), 25-го ( $Q_1$ ) и 75-го ( $Q_2$ ) перцентилей. Статистически значимыми различия признавались при  $p \leq 0,05$ . При выявлении различий в уровне исследуемого признака для 2-х независимых выборок использовался U критерия Манна-Уитни, выявление различий между группами с номинальными или порядковыми шкалами совершалось с использованием  $\chi^2$  - квадрата Пирсона [14].

## АНАЛИЗ И ОБСУЖДЕНИЕ

Изучая значимость в выбранной профессии по критериям: заработная плата; семейные традиции; льготы, предоставляемые на работе; условия работы; отношения в коллективе; статус профессии; сама профессия,

статистически достоверно ( $p \leq 0,05$ ) респонденты различались по значимости для них отношений в коллективе и статуса профессии. Для всех представителей выбранная профессия и заработная плата являлись наиболее важными, с большей долей у лиц с низким уровнем жизнеспособности. Для этой категории лиц в большей степени важны статусность профессии и предоставляемые льготы. Лица с высоким уровнем жизнеспособности статистически значимо ориентированы на отношения в коллективе и выбор профессии как семейной традиции. В межличностных отношениях представители этой группы ориентированы на смешанный сотрудничающе-конвенциальный и ответственно-великодушный типы межличностных отношений. Для них характерна эмоциональная лабильность, высокий уровень ответственности, повышенная откликаемость на средовые воздействия, стремление соответствовать ожиданиям группы, склонность к сотрудничеству. Для представителей группы с низким уровнем жизнеспособности характерен стеничный, доминантный личности тип межличностных отношений, проявлявшийся на уровне социальной активности в виде лидерских тенденций. Выражена уверенность в себе, свойства руководителя, умение быть хорошим организатором, ориентация на собственное мнение и суждения. Данные результаты позволяют утверждать: рациональный выбор профессии со знанием «внутренней» составляющей выбранного вида деятельности и ориентация на конгруэнтные отношения способствует становлению более высокого уровня жизнеспособности профессионала. Иррациональный выбор профессиональной деятельности как интересной или престижной, с «внешними» поверхностными представлениями об этом виде деятельности, гомономность во взаимодействии снижает жизнеспособность в профессии.

Способность к восприятию зрительных образов и темп мыслительных операций статистически значимо ( $p \leq 0,05$ ) выше у лиц с высоким уровнем



жизнеспособности, что позволяет оценивать представителям данной группы профессиональные трудные ситуации как обычные или напряженные, а также не реагировать на межличностное взаимодействие как на конфликт. Так, представители этой группы на вопрос о наличии конфликтов между начальником и подчиненными в 48,7% случаев отвечали отрицательно, а конфликты среди сослуживцев отрицались в 57,2%, профессиональную нагрузку в 59,0% случаев оценивали как обычную, а в 5,8% оценивали как стрессовую и экстремальную, условиями работы полностью удовлетворены 53,9% опрошенных. Респонденты с низким уровнем жизнеспособности на вопрос о наличии конфликтов между начальником и подчиненными в 51,1% отвечали положительно, в 46,8% указывали на наличие конфликтов среди сослуживцев и коллег, а профессиональную нагрузку в 38,3% случаев оценивали как обычную, в 24,3% называли стрессовой и экстремальной, условиями работы полностью удовлетворены 29,8% опрошенных. Они статистически значимо ( $p \leq 0,05$ ) более тревожны, возбудимы и акцентированы на мрачных стонах жизни (дистимны).

Личностям всех групп свойственна активная позиция, относительно высокая поисковая активность, преобладание мотива достижения, уверенность и быстрота в принятии решений, но лица с низким уровнем жизнеспособности более направлены на соответствие нормативным критериям, подавление спонтанности, непринужденности, непосредственности реакций, сдерживание активной самореализации. Представители этой группы демонстрировали неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, переживание психотравмирующих обстоятельств, эмоциональную и личностную отстраненность, что способствовало редукции профессиональных обязанностей.

Исследование факторов, способствующих формированию пирамиды гене́за жизнеспособности, было установлено, что ее фундаментальным основанием является фрактал - «социализация». Для лиц с высоким уровнем жизнеспособности пирамида строилась, начиная с фактора «социализация», через «адаптированность», «мобилизацию», «саморегуляцию» к «стабильности». Для представителей второй группы, минуя «социализацию», пирамида складывалась от «дезадаптации», к «усталости» и «напряженности», заканчиваясь «неустойчивостью».

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Субъектно-личностными детерминантами обуславливающими жизнеспособность личности являются особенности восприятия, конгруэнтность межличностного взаимодействия и социализация. Апперцепция субъективного отражения объективной реальности позволяет воспринимать окружающую действительность с положительной или отрицательной эмоциональной окраской, что дает возможность оценивать профессионально трудные ситуации как обычные или экстремальные, конфликтные или рабочие, формируя или нивелируя ощущение удовлетворенности. Ориентация на конгруэнтность способствует конструктивному взаимодействию, в отличие от гомономности, приводящей к усилению соперничества и конфликтности. Процесс интеграции личности в профессиональную среду за счет конструктивной апперцепции (через умение выделить важное и опустить несущественное), конгруэнтного восприятия других и себя способствует профессиональной социализации личности, что в совокупности формирует высокую жизнеспособность профессионала.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб: Питер, 2001.

2. Бойко И.М. Психофизиологический статус авиационных специалистов в условиях Европейского Севера России: Дис. ... канд. мед. наук. Архангельск, 2009.
3. Гурьянова М.П. Сельская школа как базовый институт формирования жизнеспособности развивающейся личности // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 193–210.
4. Дикая Л.Г. Психологические исследования функциональных состояний космонавтов: достижения и перспективы // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 5. С. 37–50.
5. Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
6. Забегалина С.В. Прогностические и адаптационные способности как детерминанты жизнеспособности человека // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 356–373.
7. Кузьмина Е.И. Самооценка – стержневая характеристика личности и детерминанта жизнеспособности // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 339–355.
8. Лактионова А.И. Структурно-уровневая организация жизнеспособности человека: метасистемный подход // Личность профессионала в современном мире / Отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 109–126.

9. Махнач А.В. Жизнеспособность человека: социально-психологическая парадигма. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
10. Махнач А.В. Социокультурный экологический подход в исследовании жизнеспособности человека и семьи // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2014. № 3. С. 67–75.
11. Махнач А.В., Дикая Л.Г. Междисциплинарные и межсистемные исследования жизнеспособности человека: состояние и перспективы (вместо введения) // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 7–28.
12. Митрофанова Е.Н. Особенности диспозиции индивидуальности на разных уровнях жизнестойкости // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 281–290.
13. Мосягин И.Г. Психофизиология адаптации военно-морских специалистов. Архангельск: Изд-во СГМУ, 2009.
14. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. СПб.: Речь, 2005.
15. Нестик Т.А. Жизнеспособность социальной группы: основные подходы к обучению // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 176–192.
16. Сараева Н.М., Суханов А.А. Психологическая адаптация молодежи к экологически неблагоприятной среде // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 211–227.

17. Симонов П.В. Высшая нервная деятельность человека. Мотивационно-эмоциональные аспекты. М.: Наука, 1975.
18. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Самара: Бахрах, 1998.
19. Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. М.: Институт прикладной психологии, 1998.
20. Рыльская Е.А. Научные подходы к изучению жизнеспособности человека в зарубежной психологии // Теория и практика общественного развития. 2014. № 8. С. 57–58.
21. Сергиенко Е.А. Контроль поведения как индивидуальный ресурс жизнеспособности человека // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 247–264.

## **SUBJECT-PERSONAL DETERMINANTS OF THE RESILIENCE OF A PROFESSIONAL**

**© 2017 Svetlana V. Kotovskaya**

Ph.D., Associate Professor of the Chair of Pedagogy and Psychology,  
Moscow State University of Humanities and Economics, Moscow;  
e-mail: s.marunyak74@mail.ru

The paper presents the results of an empirical study of the subject-personal determinants of the professional's resilience. The process of integrating the personality into the professional environment through constructive apperception (through the ability to highlight the important and omit the insignificant), the congruent perception of others and oneself contributes to the socialization of the personality in the profession, which together forms the high resilience of the professional.

**Key words:** resilience, professional activities, difficult situations, emotional sphere, mental activity

Библиографическая ссылка на статью:

Котовская С.В. Субъектно-личностные детерминанты жизнеспособности профессионала // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2017. Т. 2. № 2. С. 125-138.

Адрес статьи:

<http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document247.pdf>