

здоровья ( $r = 0,41$ ;  $p \leq 0,05$ ). Были выявлены гендерные различия в отношении оценки собственного здоровья. Так, женщины более удовлетворены своим состоянием здоровья, нежели мужчины ( $r = 0,40$ ;  $p \leq 0,05$ ). Это обусловлено тем, что женщины больше уделяют внимания своему здоровью: посещают врача с профилактической целью, занимаются спортом, придерживаются диеты и т. д. Нами были выявлены положительные корреляционные связи между показателями оценки качества жизни с некоторыми шкалами SF-36. Таким образом, физическое состояние оказывает влияние на эмоциональное состояние ( $r = 0,38$ ;  $p \leq 0,05$ ), а также на особенности коммуникации с другими людьми. Проведенное нами эмпирическое пилотажное исследование свидетельствует, что оценка качества жизни обусловлена следующими факторами: наличием социальной поддержки семьи и друзей, состоянием здоровья, экономическим положением в обществе и т. д. Эти факторы оказывают влияние на психологическое, физическое состояние, а также на особенности коммуникации с другими людьми. Результаты проведенного исследования могут использоваться в организации мероприятий, направленных на повышение качества жизни современных белорусов.

*Родионова Е.А.*

*Доминяк В.И.*

## **Социально-психологические особенности профессионального здоровья специалистов**

Под профессиональным здоровьем принято понимать интегральную характеристику состояния человека по физическим и психическим показателям с целью оценки его способности к определенной профессиональной деятельности с заданными эффективностью и продолжительностью, а также устойчивость к неблагоприятным факторам, сопровождающим эту деятельность (Г.С. Никифоров). Одним из показателей профессионального здоровья является профессиональная работоспособность, т. е. максимально возможная эффективность деятельности специалиста. Понятие «профессиональная работоспособность», в свою очередь, связывают с понятием «профессиональное выгорание». В.В. Бойко определяет эмоциональное выгорание как выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения

эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия. В своем исследовании, объектом которого выступили сотрудники помогающих профессий, мы предположили, что психотравмирующими воздействиями могут быть такие социально-психологические особенности, как мотивационные и культурно-ценностные ожидания сотрудников к компании. Под мотивационными и культурно-ценностными ожиданиями мы понимаем субъективное отражение предстоящих в будущем объективно важных событий и проявление в эмоционально-значимом переживании и функционально-деятельностной готовности к их реализации. У сотрудника возникают ожидания относительно реализации актуальных мотивов и ценностных составляющих в компании в процессе профессиональной деятельности. Нарушение этих ожиданий ведет к фрустрационному состоянию. В исследовании приняли участие сотрудники медицинских (специалисты клиник и научно-медицинских учреждений) и педагогических (школы и гимназии) учреждений Санкт-Петербурга общей численностью 192 человека. Для измерения возможности реализации мотивов использовался опросник ВРМ (Доминяк В.И., 2006), эмоционального выгорания (Бойко В.В., 1999), опросник МВИ (Маслач К. и Джексон С., в адаптации Водопьяновой Н.Е., 2005), экспресс-оценка (Капони В., Новак Т., 2008), культурно-ценностных ожиданий — рамочная конструкция конкурирующих ценностей К. Камерона и Р. Куина. Индекс реализации мотивационных ожиданий определялся как сумма разностей оценок возможности реализации мотивов и значимости мотивов сотрудников, взятых по абсолютной величине. Индекс реализации культурных ожиданий определялся как сумма разностей оценок реальной и предпочитаемой организационной культуры. В результате получены реализации мотивационных ожиданий с субшкалами профессионального выгорания (эмоциональное истощение ( $r = -0,36$ ;  $p < 0,001$ ) и редукция профессиональных достижений ( $r = -0,51$ ;  $p < 0,001$ )), а также с фазами и симптомами эмоционального выгорания и оценкой выгорания ( $r = -0,50$ ;  $p < 0,001$ ). При этом чем выше показатели мотивационных ожиданий, тем меньше проявления симптомов профессионального выгорания врачей и учителей. Получены также связи индекса реализации культурных ожиданий сотрудников с субшкалами профессионального выгорания и фазами и симптомами эмоционального выгорания ( $r = -0,36$ ;  $p < 0,001$ ) с той же закономерностью. Кроме того, получена связь оценки возможности реализации мотивов материального достатка и стабильности с фазой «напряжение» (неудовлетворенность собой и «загнанность в клетку») и с субшкалами профессионального выгорания (эмоциональное истощение и редукция профессиональных достижений). Сотрудники (в данном

исследовании врачи и педагоги) высоко оценивают значимость для них мотивов стабильности и надежности и повышения профессиональной компетентности, при этом реализация этих мотивов в компании оценена низко. Важно отметить, что статистически значимых различий между выборками педагогов и врачей по изучаемым нами характеристикам получено не было. Результаты исследования помимо выделенных ранее в литературе факторов эмоционального и профессионального выгорания (личностный, ролевой и организационный) позволяют говорить о таких социально-психологических особенностях, как реализация мотивационных и культурных ожиданий. Сотрудники, которые получают в компании возможность реализовать значимые для них мотивы, чьи ценностные характеристики согласуются с ценностными составляющими компании, меньше подвержены профессиональному выгоранию, соответственно, более устойчивы к неблагоприятным факторам, сопровождающим профессиональную деятельность, имеют больше шансов сохранить свое профессиональное здоровье.

*Синельникова Е.С.*

*Сидоренко Е.В.*

### **Регуляция эмоций в конфликтах в Нидерландах: роль ситуации**

Ситуация конфликта является потенциально опасной для эмоционального и физического здоровья человека. В исследовании, проведенном Е.С. Синельниковой под руководством Е.В. Сидоренко и D. Wigboldus, была поставлена цель: изучить роль ситуативных, культурных и личностных факторов в выборе стратегии эмоциональной регуляции. Исследование проводилось в рамках международной научно-исследовательской программы «Eranet Mundus». В программу исследования входит изучение роли ситуативных, культурных и личностных факторов в выборе стратегии эмоциональной регуляции в России и Нидерландах. Российская и голландская культуры, согласно исследованиям Г. Хофстеде, значительно различаются по 2 важнейшим культурным измерениям: дистанция власти и маскулинность-феминность культуры. На первом этапе в исследовании приняли участие 64 человека, студенты Рэдбаудского университета Неймегена и жители города Неймегена (Нидерланды). Все

Доминьяк В.И., Родионова Е.А. Социально-психологические особенности профессионального здоровья специалистов // Ананьевские чтения - 2013. Психология в здравоохранении: Материалы научной конференции, 22-24 октября 2013 г. / Отв. ред. О.Ю. Щелкова. – СПб.: Скуфия-принт, 2013. С.362-364.