

ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

ПСИХОСОЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ СРЕДЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАБОТНИКОВ УМСТВЕННОГО ТРУДА

Н.Ю. Дмитриева

Экологический факультет
Российский университет дружбы народов
Подольское ш., 8/5, Москва, Россия, 113093

В статье приводятся результаты исследования психосоциальных факторов среды, которые влияют на профессиональную деятельность работников умственного труда. В работе представлены данные сравнительного анализа сотрудников информационно-технических служб и преподавательского состава университета. Показано, что в формировании тревожности у работников умственного труда важную роль играют личностные особенности и условия труда.

Ключевые слова: психосоциальные факторы среды, профессиональная деятельность, преподаватели, сотрудники, тревожность, личностные особенности, нервно-эмоциональные нагрузки, стрессоустойчивость.

Высокий уровень нервно-эмоциональных нагрузок работников умственного труда (преподавателей, врачей, сотрудников информационно-технических и инженерных специальностей), связанный с неадекватной оплатой труда, увеличенной продолжительностью рабочего дня, высокими информационными нагрузками, темпом жизни, усложнением межличностных отношений и наличием конфликтных ситуаций между работодателем и работником, вызывает рост производственного стресса и нарушений состояния здоровья. В экологии человека и психофизиологии труда мало изучена роль индивидуальных психологических особенностей работников умственного труда в формировании стресс-реакций и развитии психофункциональных дисфункций. В этом аспекте имеет значимость соотношение уровня тревожности как одного из психологических качеств и степени выраженности трудовой мотивации [1].

Материалы и методы исследования. Исследовательская выборка состояла из 172 человек (81 мужчина и 91 женщина в возрасте 25,4—43 лет). Группа была разделена на две подгруппы: 1) преподаватели (101 человек); 2) сотрудники информационно-технических отделов РУДН (71 человек). Психологическое тестирование проводили с помощью анкеты Спилбергера—Ханина [2]. Измерение давления

проводили утром и вечером с помощью тонометра, работу сердечно-сосудистой системы — с помощью аппаратно-программного комплекса «УПФТ Психофизиолог» (фирма «Медиакор», г. Таганрог) и стандартных анкет [3].

Полученные результаты и обсуждение. Была проведена оценка значимости отдельных социально-психологических факторов в формировании профессионального стресса у преподавательского состава и сотрудников информационного отдела, отдела бухгалтерского учета РУДН.

Подгруппа преподавателей. Исследования показали, что высокая психоэмоциональная нагрузка, приходящаяся на преподавателей в течение учебного дня, дополнительная подготовка к занятиям дома приводят к резкому сокращению свободного времени и обеднению его структуры. Вследствие этого в структуре свободного времени начинают преобладать пассивные формы отдыха. Выраженная гиподинамия при осуществлении профессиональной деятельности и в свободное время приводит к ухудшению функционирования сердечно-сосудистой системы с серьезными последствиями для здоровья преподавательского состава РУДН.

Подгруппа сотрудников информационно-технических отделов. Изучение индивидуально-психологических характеристик сотрудников выявило группы устойчивые к стрессу и неустойчивые к стрессу.

В словаре А. Ребера (2000) «устойчивый» понимается как характеристика индивида, поведение которого относительно надежно и последовательно. Его антоним — термин «неустойчивый», имеющий в психологии два основных значения: 1) индивид, демонстрирующий беспорядочные и непредсказуемые модели поведения и настроения; 2) индивид, склонный демонстрировать невротические, психические или просто опасные для других модели поведения.

Тестирование показало, что группа сотрудников РУДН, «неустойчивых» к стрессу (37,6%), обладала такими психологическими характеристиками, как эмоциональная неуравновешенность (28,9—35,8%); озабоченность и неуравновешенность (24,3—29,6%); тревожность и боязливость (18,9—27,7%).

Результаты исследований показали, что значительная часть «неустойчивых» сотрудников отмечает выраженное утомление (27,4—37,5%), психическое перенапряжение, обусловленное производственными конфликтами (23,4—37,4%) и неудовлетворительное состояние здоровья (29,5—38,7%).

Выявлена зависимость между показателями адаптационного потенциала и уровнем стрессоустойчивости, а также типами реакций на стресс.

Анализ полученных результатов позволил выделить следующие личностные особенности, предрасполагающие к снижению стрессоустойчивости:

- эмоциональная лабильность, неустойчивость эмоций;
- ригидность, недостаточная гибкость в поведении, трудности переключения при изменении ситуации;
- тревожность, пассивность позиции, пессимистичность;
- индивидуалистичность, замкнутость;
- неуверенность в себе, чувствительность, впечатлительность.

Проведенный факторный анализ в исследуемой выборке показал связь между такими стресс-факторами, как конфликты, длительность рабочей недели и продолжительность рабочего дня (по результатам анкетного опроса), количество кон-

фликтных ситуаций течение рабочего дня, и такими психофизиологическими показателями, как уровень стрессового напряжения, частота сердечных сокращений, артериальное давление, показатели концентрации внимания и кратковременной памяти. Производственными факторами умственного труда, вызывающими высокое стрессовое напряжение, стали: рост количества конфликтных ситуаций в течение рабочего дня и длительный рабочий день (переработки).

Общеизвестно, что индивидуально-личностные характеристики индивида влияют на формирование стресса на рабочем месте [1]. Особенности трудовой деятельности работников умственного труда часто формируют невротические реакции, в большей степени выраженные у женщин, труд которых относится к высокому классу вредности (класс 3,2; 3,3).

Наши исследования, проводимые в течение четырех лет в исследуемой выборке, выявили больший процент невротической реактивности у женщин (34,6%), чем у мужчин (13,1%). Это характеризует эмоциональную неустойчивость женщин.

Выводы. Трудовая деятельность в современных условиях предъявляет свои специфические требования к работникам умственного труда как социально-биологическому объекту и способствует развитию профессионального стресса.

В формировании тревожности у работников умственного труда значительную роль играют личностные особенности, которые определяют стресс-реакцию на нервно-эмоциональные нагрузки.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] *Куликов Л.* Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости: Учеб. пособие. — СПб., 2005.
- [2] *Райгородский Д.Я.* Практическая психодиагностика. — Самара, 2003.
- [3] *Собчик Л.Н.* Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМЛ. — СПб., 2000.

THE PSYCHO-SOCIAL FACTORS OF THE ENVIRONMENT IN PROFESSIONAL ACTIVITY OF WORKERS OF BRAINWORK

N.Yu. Dmitrieva

Ecological Department
The Peoples' Friendship University of Russia
Podolskoe shosse, 8/5, Moscow, Russia, 113093

Results of research of environment psychosocial factors which influence on professional activity of brainwork workers are given in article. In science work are submitted data the comparative analysis between the staff of information and technical services and teaching structure of university. It is shown that uneasiness formation at workers of brainwork the important role is played by personal features and working conditions

Key words: psychosocial factors of the environment, professional activity, teachers, employees, uneasiness, personal features, neuroemotional loadings, resistance to stress.