

Синтез, 2006. – 400 с.

5. Лисина, М.И. Общение со взрослыми у детей первых семи лет жизни / М.И. Лисина // Хрестоматия по возрастной психологии : учеб. пособие для студентов / сост. Л.М. Семенюк ; под ред. Д.И. Фельдштейна. – М. : Междунар. акад., 2004. – С. 136-143.

6. Педагогика : учебное пособие / под ред. П.И. Пидкасистого. – М. : Высшее образование, 2007. – 430 с.

7. Методика совершенствования взаимодействия родителей и детей с преимущественным использованием средств физкультурно-спортивной деятельности / Ю.К. Чернышенко, В.А. Баландин, И.И. Гайдадина, К.Ю. Чернышенко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта : труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ / под ред. А.И. Погребного. – Т. 12. – Краснодар, 2010. – С. 62-68.

Контактная информация: KA7772@yandex.ru

УДК 351.74 : 159.9.07 : 159.944.4

ОЦЕНКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА И ЕГО ВЛИЯНИЯ НА МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ РУКОВОДИТЕЛЕЙ

*Игорь Юрьевич Кобозев, майор милиции, адъюнкт,
Санкт-Петербургский университет МВД России*

Аннотация

В статье представлены результаты исследования интенсивности профессионального стресса руководителей ОВД. Выделены подгруппы с высокой, средней и низкой интенсивностью профессионального стресса. Среди руководителей ОВД у 62 % выявлена средняя интенсивность профессионального стресса, а у 23 % – высокая. Рассматриваются результаты изучения механизмов психологической защиты руководителей ОВД.

Ключевые слова: профессиональный стресс, профессиональное выгорание, руководители ОВД, психодиагностика, механизмы психологической защиты.

ESTIMATION OF THE PROFESSIONAL STRESS AND ITS INFLUENCE ON THE MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION OF MANAGERS

*Igor Jurevich Kobozev, the major of militia, graduated in a military academy,
The St.-Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia*

Annotation

The article presents the results of research of intensity of professional stress of internal affairs managers. Subgroups with high, average and low intensity of the professional stress have been defined. Among the 62 % of the internal affairs departments managers the average intensity of professional stress has been revealed, and the high intensity is revealed at 23 % managers. Results of the studying of mechanisms of psychological protection of managers of internal affairs department are considered.

Keywords: professional stress, job burnout, managers of organs of internal affairs, psycho diagnostics, mechanisms of psychological protection.

ВВЕДЕНИЕ

Профессиональная деятельность любого руководителя заключается в уравнивании порой взаимоисключающих задач, в балансировке между интересами службы, коллектива и личными интересами отдельных сотрудников [3,6,8].

Проходящее в настоящее время глубокое реформирование всей системы МВД возлагает на руководителей всех уровней все увеличивающийся груз ответственности. На фоне выросших и кардинально изменившихся требований к качеству работы ОВД происходит существенное сокращение штатной численности личного состава подразделений. В условиях постоянного дефицита времени, непрерывно меняющейся оперативной об-

становки реформирование приводит к состоянию высокой психической напряжённости и стресса у руководителей.

Интенсивность и напряженность деятельности руководителей ОВД проявляется на психологическом уровне в увеличении частоты возникновения негативных эмоциональных переживаний и стрессовых реакций, которые, накапливаясь, вызывают формирование выраженных и длительных стрессовых состояний. Хронический стресс ведет к увеличению риска развития ряда заболеваний стрессовой этиологии – «болезней стресса» (сердечно-сосудистые, язвенные болезни, невротические состояния и др.), а также к целому ряду социально-экономических и социально-психологических последствий: повышению текучести кадров, снижению удовлетворенности трудом, деформации личностных и характерологических качеств руководителей [8]. В целом это приводит к снижению эффективности функционирования правоохранительных органов в целом.

МЕТОДИКА

Профессиональный стресс руководителя ОВД мы оценивали при помощи опросника ОПРВ (отношение к работе и профессиональное «выгорание»), разработанного профессором Винокуром В.А. [2]. Опросник позволяет достаточно объективно выявлять содержательные и уровневые характеристики реакций «помогающих» профессионалов и их отношения к своей профессиональной деятельности в процессе профессионального выгорания [1-2]. Концептуальная новизна методики ОПРВ заключается в ориентации вопросов на исследование субъективного значения различных ситуаций в профессиональной деятельности [2].

Для выявления особенностей функционирования механизмов психологической защиты нами был использован опросник психологических защит LSI (индекс жизненного стиля). Автором опросника LSI является R. Plutchik и др. (1979), он был адаптирован Л.Р. Гребенниковым в 1995г. [5]. Опросник служит средством измерения восьми основных механизмов психологических защит личности: отрицания, подавления, регрессии, компенсации, проекции, замещения, интеллектуализации и реактивных образований, которые могут выступать косвенными признаками наличия психической дезадаптации у сотрудника.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Обследованы 104 руководителя ОВД различного уровня из 50 регионов России, составивших основную группу, а также 38 сотрудников ОВД (инспекторский состав), которые образовали контрольную группу.

Возраст, пол, стаж в должности руководителя ОВД явились объективными характеристиками, на основе которых формировалась выборка. Общая характеристика выборки руководителей ОВД, их распределение в зависимости от социально-демографических характеристик представлены в табл. 1.

Количество мужчин и женщин в контрольной группе сотрудников ОВД, в процентном отношении, соответствовало их количеству в группе руководителей ОВД.

Руководителей ОВД были распределены по подгруппам с высокой, средней и низкой интенсивностью профессионального стресса. Критерием для выделения данных групп послужили показатели по шкалам «эмоциональное истощение» и «напряжённость в работе», выбор этих шкал обусловлен тем, что они характеризуют наиболее выраженные проявления профессионального стресса и их высокой корреляционной взаимосвязанностью ($r=0,86$, $p<0,05$). Правила определения границ уровней между подгруппами описываются следующими формулами:

- высокая интенсивность профессионального стресса: $X_i > M+1 * G$;
- средняя интенсивность профессионального стресса: $M-1 * G < X_i < M+1 * G$;
- низкая интенсивность профессионального стресса: $X_i < M-1 * G$,

где: М – среднее значение показателя по шкале (%);
 X_i – оцениваемый показатель по шкале (%);
 G – стандартное отклонение показателя по шкале (%).

Таблица 1

Характеристика выборки руководителей ОВД

Показатель	Характеристика контингента	Количество	
		n	%
Возраст	До 30 лет	22	21,2
	31–40	60	57,7
	41–50	20	19,2
	Более 50 лет	2	1,9
Пол	Мужчины	68	65,4
	Женщины	36	34,6
Звание	Лейтенанты	8	7,7
	Старшие лейтенанты	10	9,6
	Капитаны	20	19,2
	Майоры	38	36,5
	Подполковники	22	21,2
	Полковники	6	5,8
Стаж в должности	До 3 лет	40	38,5
	От 3 до 10 лет	53	50,9
	От 10 до 20 лет	11	10,6
	Свыше 20 лет	0	0

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Первый этап исследования был посвящен исследованию интенсивности профессионального стресса руководителей ОВД. Результаты обследования руководителей и контрольной группы с использованием опросника ОПРВ приведены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты оценки профессионального стресса у руководителей ОВД и контрольной группы с помощью опросника ОПРВ, (M±m)

№ п/п	Шкалы опросника ОПРВ	Контрольная группа	Руководители ОВД	P<
1	Эмоциональное истощение	38,57±1,92	48,78±1,15	0,01
2	Напряжённость в работе	40,49±1,20	50,95±1,35	0,01
3	Удовлетворённость работой и оценка её значимости	42,97±2,34	41,52±1,08	-
4	Профессиональный перфекционизм	50,07±1,31	53,23±1,07	-
5	Самооценка качества работы	46,62±2,11	47,66±1,19	-
6	Помощь и психологическая поддержка коллег в работе	34,96±1,72	37,30±1,16	-
7	Профессиональное развитие и самоусовершенствование	36,77±1,67	39,60±0,93	-
8	Общая самооценка	39,59±1,54	43,40±1,29	-
9	Здоровье и общая адаптация	38,99±2,91	48,66±1,37	0,01
<i>Выявлены достоверные различия по 3 из 9 шкал (33,33%)</i>				

Согласно данным таблицы 2 статистически значимо (P<0,01) показатели руководителей ОВД отличаются от показателей контрольной группы по трём шкалам – «эмоциональное истощение», «напряжённость в работе» и «состояние здоровья и общая адаптация». Эти различия свидетельствуют о высоком уровне эмоционального истощения и напряжённости в работе руководителей ОВД, а высокие показатели по шкале «состояние здоровья и общая адаптация» говорят о существенно худшей самооценке ими состояния своего здоровья.

Далее нами выделены подгруппы руководителей ОВД с высоким, средним и низким уровнем профессионального стресса.

На рисунке 1 представлено распределение руководителей ОВД по интенсивности профессионального стресса (высокая, средняя и низкая).

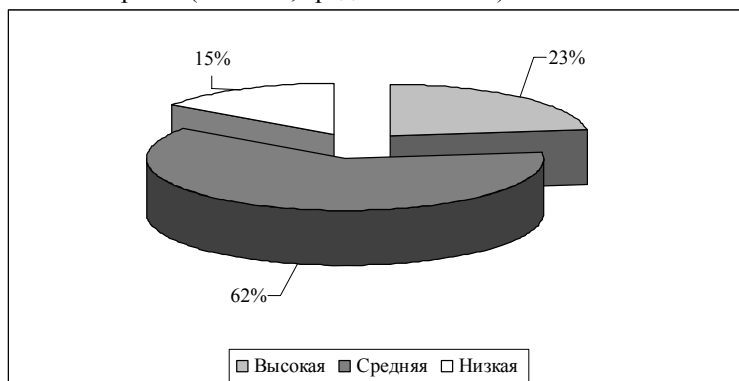


Рис.1. Распределение руководителей ОВД по интенсивности профессионального стресса

Количество руководителей ОВД с высокой интенсивностью профессионального стресса составило 23% от общего числа обследованных руководителей, а общее количество руководителей с высокой и средней интенсивностью профессионального стресса составило 85%.

При этом, по данным Рыбиной О.В. [1], по специалистам «помогающих профессий», 19,6% из них обеспокоены возможностью формирования у них профессионального выгорания, а по данным Шиховой А.П. [4,7] 35,8% сотрудников специализированных подразделений дознания переживают состояние эмоционального выгорания.

Второй этап исследования был посвящён изучению выраженности различных механизмов психологической защиты у руководителей ОВД. Для этих целей мы использовали опросник LSI (Индекс жизненного стиля) который служит средством измерения восьми основных механизмов психологических защит личности, высокая выраженность которых может служить признаком наличия психической дезадаптации.

Первоначально нами было проведено сравнение показателей механизмов психологических защит у руководителей ОВД и сотрудников контрольной группы. Результаты этого сравнения приведены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты исследования механизмов психологических защит руководителей ОВД и сотрудников входящих в контрольную группу

№ п/п	Механизм психологической защиты	(M±m), %		P<
		Контрольная группа, (n=38)	Руководители ОВД, (n=104)	
1.	Отрицание	86,42±2,17	64,52±1,33	0,01
2.	Подавление	71,32±2,92	41,03±1,64	0,01
3.	Регрессия	53,79±5,28	31,18±2,11	0,01
4.	Компенсация	75,21±4,37	43,08±2,50	0,01
5.	Проекция	32,05±4,36	45,41±2,28	0,01
6.	Замещение	66,89±4,36	25,74±1,98	0,01
7.	Интеллектуализация	65,32±4,74	69,39±1,72	-
8.	Реактивные образования	63,05±5,38	44,62±2,22	0,01

Выявлены достоверные различия по 7 из 8 шкал (87,5%)

Согласно данным, приведённым в таблице 3, выявлены достоверные различия по 7-ми из 8-ми показателям теста LSI (87,5%) между руководителями ОВД и контрольной группой. По своему абсолютному значению показатели следующих механизмов психологической защиты существенно выше у руководителей ОВД, это «отрицание», «подавление».

ние», «регрессия», «компенсация», «замещение», «регрессия». Этот результат указывает на их активное использование, что косвенно подтверждает психологически напряжённое состояние у руководителей ОВД по сравнению с сотрудниками контрольной группы. При этом, по одному показателю механизма психологической защиты «проекция» абсолютное значение достоверно ниже у руководителей ОВД, что может указывать на принятие ими ответственности за всё происходящее на себя, а не склонности перекладывать её на других в отличие от сотрудников контрольной группы.

Результаты обследования руководителей ОВД с высокой и низкой интенсивностью профессионального стресса при помощи опросника LSI представлены в таблице 4.

Таблица 4

Результаты исследования механизмов психологических защит руководителей ОВД с высокой и низкой интенсивностью профессионального стресса (ПС)

№ п/п	Механизм психологической защиты	(M±m), %		P<
		Высокая интенсивность ПС, (n=24)	Низкая интенсивность ПС, (n=16)	
1.	Отрицание	70,89±4,22	67,31±2,16	-
2.	Подавление	47,92±3,41	41,67±4,30	-
3.	Регрессия	39,29±3,07	16,07±3,99	0,01
4.	Компенсация	52,50±4,75	31,25±4,17	0,01
5.	Проекция	59,62±4,54	31,73±7,05	0,01
6.	Замещение	39,10±4,32	10,58±2,21	0,01
7.	Интеллектуализация	70,14±3,05	64,58±3,69	-
8.	Реактивные образования	45,83±3,85	22,50±5,12	0,01
<i>Выявлены достоверные различия по 5 из 8 шкал (62,5%)</i>				

Согласно данным таблицы 4 выявлены достоверные различия по 5-ми из 8-ми показателей теста LSI (62,5%) между подгруппами руководителей ОВД с высокой и низкой интенсивностью профессионального стресса. Достоверных отличий не выявлено по трём показателям – «отрицание», «подавление» и «интеллектуализация», что говорит об использовании этих механизмов психологической защиты руководителями ОВД с высокой и низкой интенсивностью профессионального стресса примерно в одинаковой степени.

У руководителей с высокой интенсивностью профессионального стресса показатели напряжения всех механизмов психологической защиты выше по абсолютному значению, чем у руководителей с низкой интенсивностью профессионального стресса, что указывает на их дезадаптивное состояние.

В таблице 5 приведены результаты сопоставления выраженности механизмов психологических защит, полученные нами для руководителей ОВД с высокой интенсивностью профессионального стресса с результатами, полученными Шиховой А.П. [7] для сотрудников специализированных подразделений дознания ОВД с высокой интенсивностью профессионального стресса.

Исходя из данных, приведённых в таблице 5 структура выраженности механизмов психологической защиты дознавателей и руководителей ОВД с высокой интенсивностью профессионального стресса отличается по 7-ми показателям из 8-ми, что составляет 87,5% от общего числа показателей.

При этом следует отметить, что все показатели механизмов психологических защит у руководителей ОВД с высокой интенсивностью профессионального стресса по абсолютной величине существенно превосходят показатели у дознавателей, что указывает на их дезадаптивное состояние. Этот результат указывает на более высокую стрессогенность профессиональной деятельности руководителей ОВД в сравнении с дознавателями.

Таблица 5

Выраженность механизмов психологических защит у руководителей ОВД и дознавателей с высокой интенсивностью профессионального стресса

№ п/п	Механизм психологической защиты	(M±m), %		P<
		Руководители, (n=24)	Дознаватели, (n=56)	
1.	Отрицание	70,89±4,22	23,35±2,18	0,001
2.	Подавление	47,92±3,41	12,72±2,24	0,001
3.	Регрессия	39,29±3,07	45,87±2,81	-
4.	Компенсация	52,50±4,75	38,72±3,32	0,05
5.	Проекция	59,62±4,54	33,03±2,25	0,01
6.	Замещение	39,10±4,32	19,57±1,67	0,01
7.	Интеллектуализация	70,14±3,05	36,69±2,44	0,01
8.	Реактивные образования	45,83±3,85	26,41±2,11	0,01

Выявлены достоверные различия по 7 из 8 шкал (87,5%)

ВЫВОДЫ

Руководители ОВД в отличие от рядовых сотрудников имеют более высокий уровень эмоционального истощения и напряжённости в работе, при существенно худшей самооценке состояния своего здоровья. Это свидетельствует о более высокой интенсивности у них профессионального стресса. У 85% руководителей ОВД выявлена средняя и высокая интенсивность профессионального стресса. Это подтверждает большую стрессогенность их профессиональной деятельности.

Высокий уровень профессионального стресса руководителей ОВД приводит к более высокому напряжению практически всех механизмов психологической защиты, по сравнению с дознавателями и сотрудниками контрольной группы, что указывает на нарушения их адаптации (дезадаптацию).

Таким образом, высокая интенсивность профессионального стресса ведёт к существенному напряжению всех механизмов психологической защиты и как следствие, к состоянию психической дезадаптации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Винокур, В.А. Интегративные механизмы формирования профессионального стресса у врачей / В.А. Винокур, О.В. Рыбина // Интегративная медицина. Материалы II национального конгресса. – СПб., 2005. – С. 36-39.
2. Винокур, В.А. Опросник ОНРВ (отношение к работе и профессиональное «выгорание») / В.А. Винокур ; С.-Петербург. мед. акад. последипломного образования. – СПб. : Изд-во СПб МАПО, 2009. – 24 с.
3. Платонов, Ю.П. Путь к лидерству / Ю.П. Платонов. – СПб. : Речь, 2006. – 348 с.
4. Пряхина, М.В. Эмоциональное выгорание сотрудников специализированных подразделений дознания органов внутренних дел / М.В. Пряхина, А.П. Шихова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 6 (52). – С. 59-63.
5. Психодиагностические методы выявления дезадаптационных нарушений в практике клинических психологов / под ред. проф. Рыбникова В.Ю., проф. Чермянина С.В. – СПб. : АЙСИНГ, 2009. – 216 с.
6. Шаранов, Ю.А. Юридическая психология деятельности органов внутренних дел (теория и методология управления развитием) / Ю.А. Шарнов ; С.-Петербург. ун-т МВД России. – СПб. : [б.и.], 2001. – 219 с.
7. Шихова, А.П. Профессиональный стресс в деятельности сотрудников специализированных подразделений дознания органов внутренних дел : дис. ... канд. психол. наук / Шихова А.П. – СПб., 2009. – 177 с.

8. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В. Щербатых. – СПб. : Питер, 2008. – 256 с.

Контактная информация: igorkobozev@yandex.ru

УДК 372.212.1:617.586-053.2

СИЛОВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ МЫШЦ СГИБАТЕЛЕЙ И РАЗГИБАТЕЛЕЙ СТОП У МАЛЬЧИКОВ 5-7 ЛЕТ С РАЗЛИЧНЫМ СОСТОЯНИЕМ СВОДОВ

*Олеся Александровна Комачева, старший преподаватель,
Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
(СГАФКСТ)*

Аннотация

В статье представлены данные о показателях силы мышц сгибателей и разгибателей стопы, а также статической выносливости мышц сгибателей стопы у детей старшего дошкольного возраста с различным состоянием сводов.

Ключевые слова: силовые показатели, плоскостопие, дошкольный возраст.

POWER INDICES OF MUSCLE FOOT FLEXORS AND EXTENSORS OF 5-7 YEARS OLD BOYS WITH DIFFERENT STATE OF FOOT ARCH

*Olesya Alexandrovna Komacheva, the senior teacher,
The Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism*

Annotation

The article presents the data on indicators of muscle strength of foot flexors and extensors, as well as static endurance of foot flexor muscles of senior preschool age children with different state of structure arch of foot.

Keywords: power indices, flatfoot, pre-school age.

ВВЕДЕНИЕ

Дошкольный и младший школьный возраст является важным периодом формирования опорно-двигательного аппарата детей [4-6]. В течение этого времени происходит окостенение и формирование сводов стопы. Вместе с тем, в этом возрасте дети часто приступают к систематическим занятиям спортом.

Негативные изменения в архитектонике стоп часто происходят в период усиленного роста их костной системы при недостаточном развитии мышц, удерживающих своды [2]. В дошкольном возрасте стопа ребенка находится в стадии интенсивного развития, поэтому любые неблагоприятные внешние воздействия на нее могут привести к возникновению тех или иных функциональных отклонений. У ослабленных, физически плохо развитых детей связки и мышцы стопы систематически перенапрягаются и теряют рессорные свойства. Стопа как бы расплющивается, при этом опускается внутренний ее свод и в дальнейшем может развиваться плоскостопие [1,3]. Недостаточное развитие мышц и связок стоп неблагоприятно сказывается на развитии многих движений у детей, что часто приводит к снижению их двигательной активности. Известно, что в дошкольном возрасте организм отличается большой пластичностью, поэтому можно сравнительно легко приостановить развитие плоскостопия или исправить его путем укрепления мышц и связок стопы [7].

МЕТОДИКА

С целью определения силы мышц сгибателей и разгибателей стопы, а также статической выносливости мышц сгибателей стопы нами были обследованы 68 мальчиков 5-7 летнего возраста. Для этого мы использовали автоматизированный тензодинамометриче-