

Аннотация

Тема магистерской диссертации: Психологическое консультирование субъектов напряженного труда по проблемам толерантности к неопределенности

Автор: Чагова Марина Аслановна

Научный руководитель: кандидат психологических наук, доцент Надежда Федоровна Желаевская

Актуальность темы исследования. Современной реальностью становится глобализация экономики и все большая мобильность, быстрое развитие коммуникации, интеграции и взаимозависимости в век крупномасштабных миграций и перемещения населения, урбанизации и преобразования социальных структур. Такой высокий темп развития и резко меняющиеся условия приводят к жизни в условиях неопределенности. Объективные условия отражаются на состоянии человека. В связи с нестабильностью и сложностью деятельности у субъектов труда возрастают страхи и тревоги за будущее, увеличиваются нервно-психические расстройства. В связи с этим растет потребность в выработке у субъектов напряженного труда на личностном уровне особого качества устойчивости к действию фактора неопределенности внешней и внутренней среды, которое обозначается как «толерантность к неопределенности».

Установлено, что обладание личностной толерантностью к неопределенности позволяет субъекту видеть в изменяющемся мире новые возможности, пытаться найти компромисс между собой и окружающим миром. Человек толерантный к неопределенности принимает окружающий внешний и внутренний мир и взаимодействует с ним в диалогической форме. Интолерантный же человек постоянно испытывает трудность в коррекции программы поведения в необходимых ситуациях, находится в состоянии нервно-психического напряжения. В итоге это ведет к переутомлению и истощению организма, а значит и падению внутренних ресурсов, и потере способности к активной работе.

Важной целью развития качества толерантности к неопределенности становится поиск подходов к выработке таких качеств, позволяющих мобилизовать внутренние ресурсы в проблемных и кризисных ситуациях, поддерживать нервно-психическое равновесие, развивать позитивные взаимоотношения субъектов с окружающим миром, успешно адаптироваться к быстро меняющимся условиям жизни.

Несмотря на интенсивность проводимых исследований как в зарубежной и отечественной психологии, очевидно, что феномен толерантности к неопределенности обладает еще не до конца раскрытым потенциалом исследовательских разработок. Так, очевидно, что толерантность к неопределенности может выступить значимым условием психологической безопасности субъекта напряженной профессиональной деятельности, что нами рассматривается перспективой теоретико-

эмпирической проверки.

Цель работы: разработать подходы к организации психологического консультирования по формированию толерантности к неопределенности у субъектов напряженного труда.

Задачи:

1. Выявить основные подходы к изучению субъектов напряженного труда в предметном поле психологических исследований.
2. Определить психологические особенности толерантности к неопределенности субъектов напряженного труда.
3. Эмпирически выявить особенности толерантности к неопределенности у субъектов напряженного труда.
4. Разработать модель и на ее основе программу психологического консультирования субъектов напряженного труда по проблемам толерантности к неопределенности.
5. Апробировать программу формирования толерантности к неопределенности у субъектов напряженного труда.

Теоретическая и практическая значимость исследования. Теоретическая значимость результатов исследования объясняется перспективностью прикладного исследования феномена толерантности к неопределенности в психологическом консультировании. Представляется актуальным рассмотрение феномена толерантности к неопределенности в рамках исследования психологической безопасности личности в деятельностной активности субъекта напряженного труда.

Разработанные консультативные подходы к развитию толерантности к неопределенности субъектов напряженного труда могут быть использованы в работе психологов различных организаций, характеризующихся сложным, напряженным трудом.

Результаты исследования:

1. Выполнен системный анализ отечественных и зарубежных работ посвященных теме толерантности к неопределенности, представлен краткий обзор развития проблемы толерантности к неопределенности. Отмечено, что, несмотря на относительную молодость исследований, феномен толерантности к неопределенности смог обозначить перспективность своего прикладного рассмотрения применительно к широкому кругу вопросов. Обозначено, что исследовательский ресурс феномена не исчерпан и толерантность к неопределенности может раскрыть новые грани, в частности, такого сложного состояния как психологическая безопасность личности в разных контекстах деятельностной активности субъекта.
2. Установлена тесная связь психологической безопасности с такой интегральной характеристикой личности как толерантность к неопределенности. Свидетельствуя о готовности субъекта к возникновению внешних перемен, которые могут быть как предсказуемыми, так и непредвиденными, она обеспечивает его способность воспринимать действительность адекватно и реагировать объективной включенностью в происходящее, не причиняя вреда своему психологическому здоровью.

Таким образом, ориентация на развитие толерантности к неопределенности может выступать приоритетным направлением консультативной поддержки любых категорий субъектов.

3. Создан новый понятийный конструкт «субъект напряженного труда»: субъект напряженного труда определен как активно действующий, познающий и преобразующий, обладающий сознанием и волей индивид или социальная группа, осуществляющий предметно-практическую деятельность, в условиях сложных социальных, экономических, политических ситуаций, связанных с необходимостью постоянной работы в режиме большого напряжения и самоотдачи, предъявляющих повышенные требования к индивидуально-психологическим качествам индивида и приводящим к изменениям нервно-психической устойчивости, стрессоустойчивости, социальной адаптации личности.

4. Выполнены исследовательские и опытно-конструкторские работы по проявлению качества толерантности к неопределенности у субъекта напряженного труда. Посредством этого были выявлены психологические особенности толерантности к неопределенности у субъекта напряженного труда.

5. Разработана и апробирована программа психологического консультирования субъекта напряженного труда по проблемам толерантности к неопределенности.

6. Впервые выявлены основные подходы к изучению субъектов напряженного труда в предметном поле психологических исследований, а именно изучение:

- субъекта напряженного труда в процессе становления его как субъекта труда,
- отличительных особенностей человека как субъекта труда,
- структуры свойств человека как субъекта труда,
- психических функций человека в процессе трудовой деятельности,
- основных характеристик субъекта труда.

7. Впервые произведен обширный анализ литературы по определению психологических особенностей толерантности к неопределенности у субъектов напряженного труда. Обозначена связь с такими психологическими конструктами, как локус контроля, потребность в точности, потребность в структурировании, предпочтение риска, поведенческой экспрессии, в связи с исследованием креативности, различных видов мышления, изучением различных копинг-стратегий, «временная перспектива».

8. Обозначена сравнительная характеристика основных направлений психологического консультирования субъекта напряженного труда: работа по развитию профессиональных качеств работников, профессиональному просвещению, адаптации, работе с кризисами и т.д.

9. Впервые подобраны методы (анализ документов, биографический метод, индивидуальная беседа, наблюдение, опрос, психологическое

тестирование) и методики для эмпирического выявления особенностей толерантности к неопределенности у субъектов напряженного труда: экспресс-опросник «Индекс толерантности» Г.У. Солдатовой, О.А. Кравцовой, О.Е. Хухлаева, Л.А. Шайгерова; методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации О.У. Холмса; опросник толерантности Т.В. Корнилова; опросник Г. Шмишека; методика Д.М. Сакса и С. Леви «Незаконченных предложений»; томский опросник ригидности Г.В. Залевского; стандартизированный многофакторный метод исследования личности Собчик М.Л..

10. Составлены основные требования к организации психологического исследования субъекта напряженного труда.

11. Разработана программа психологического консультирования субъектов напряженного труда по проблемам толерантности к неопределенности. Данная модель состоит из нескольких этапов. Каждый этап, соответственно, включает в себя техники приветствия, технику «проведения клиента на место», и процедуры установления раппорта и снятия психологических барьеров. *Вводным этапом* психологического консультирования является беседа с клиентом, проведение психодиагностического исследования. Психологическое консультирование субъектов напряженного труда по проблемам толерантности к неопределенности должны осуществляться в следующих направлениях:

1. Работа с индивидуальными качествами клиента: усвоение навыков саморегуляции, целеобразования, планирования, контроля, прогнозирования, стрессоустойчивости;

2. Изучение различных копинг-стратегий в сложных ситуациях;

3. Изучение совладающего поведения;

4. Работа с «временной перспективой».

12. Были составлены авторские тренинги:

✓ Тренинг «Эффективные копинг-стратегии или как совладать со стрессом»

✓ Мастер-класс «Временная перспектива как гарантия толерантного отношения к будущему».

13. Апробирована программа формирования толерантности к неопределенности у субъектов напряженного труда.