

## **ФАКТОРЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ СУБЪЕКТОВ ТРУДА, СВЯЗАННОГО С ПЕРЕХОДОМ НА ДИСТАНЦИОННЫЙ ФОРМАТ РАБОТЫ**

*Ключевые слова:* профессиональное здоровье, дистанционный формат работы, способы организации труда

*Введение.* Актуальность темы профессионального здоровья субъектов труда определяется необходимостью решить вопросы, связанные со сменой способа организации труда и влиянием этого перехода на субъектов труда, а также со скоростью адаптационных возможностей человека. На сегодняшний день существует ряд работ, посвященных изучению эффективности работников, работающих из дома, которые подтверждают связь высокой продуктивности и дистанционного формата работы [1]. При этом сохраняется потребность в исследовании факторов, относящихся к самочувствию работников. Целью исследования явилось раскрытие влияния смены способа организации труда (перехода на дистанционный (удаленный) формат работы) на профессиональное здоровье субъектов труда.

*Материалы и методы.* В качестве теоретического основания данного исследования использовались работы Г. С. Никифорова [2]. Исследование проводилось на выборочной совокупности, состоящей из 120 респондентов, среди которых 60 женщин и 60 мужчин в возрасте от 20 до 55 лет. Замеры проводились дважды — до и после перехода на дистанционный формат работы. Для исследования показателей жизнестойкости, типа жизненной позиции, механизмов психологической защиты, определения уровня профессионального выгорания, индекса ресурсности использовались следующие опросники и методики: анкета (сбор биографических данных для формирования групп); опросник жизнестойкости С. Мадди в адап-

тации Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой; методика психологической диагностики механизмов психологической защиты (*LSI — Life Style Index*) Р. Плутчика и Г. Келлермана в адаптации Е. Б. Клубовой; диагностика профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексона в адаптации Н. Е. Водопьяновой; шкала жизненной позиции РОП («Реализм — Оптимизм — Пессимизм») Н. Е. Водопьяновой, В. Б. Чеснокова; опросник «Потери и приобретения персональных ресурсов» (ОППР) Н. Водопьяновой, М. Штейна; беседа с частью респондентов из каждой группы.

**Результаты.** Анализ результатов эмпирического исследования показал следующее:

- по данным опроса (шкала самоотчета) «Удовлетворенность работой» при офисном формате 37,7 % удовлетворены работой и 62,3 % не удовлетворены, при удаленном формате 23,8 % удовлетворены работой и 76,2 % не удовлетворены, что говорит о снижении удовлетворенности работой при переходе с офисного на удаленный формат работы;

- оценка механизмов психологической защиты показала, что общая напряженность защит как одного из факторов профессионального здоровья выше при офисном формате работы ( $p = 0,038$ ); при этом наиболее распространенным видом психологической защиты при удаленном формате работы (кроме категории «человек — человек» по Е. А. Климову) явилась гиперкомпенсация;

- анализ показателей жизнестойкости показал, что один из ее компонентов — принятие риска — выше при удаленном формате работы ( $p = 0,032$ );

- на смену способа организации труда с большей готовностью соглашались мужчины со стажем работы от 5 до 10 лет — они переходили с офисного формата на удаленный первыми и в два раза быстрее;

- наличие связей между уровнем профессионального здоровья при любом формате работы и семейным положением, а также наличием детей не выявлено.

**Заключение.** Результаты данной работы позволили оценить уровень профессионального здоровья российских работников, понять, что он связан со сменой способа организации их труда — переходом на дистанционный формат. Полученные в ходе данного исследова-

ния результаты могут найти применение в практике работы с персоналом в качестве методического основания для рекомендаций по способам организации труда.

---

1. Nilles J. The Telecommunications-Transportation Tradeoff. Wiley : Booksurge Publ., 2007. 212 p.

2. Никифоров Г. С. Психология здоровья : учеб. пособие. СПб. : Питер, 2006. 607 с.

**А. А. Печеркина**

**Д. Н. Гончарова**

*Уральский федеральный университет,  
Екатеринбург*

## **ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ**

*Ключевые слова:* благополучие, эмоциональное благополучие, психологическая безопасность личности

*Введение.* Актуальность проблемы психологической безопасности личности сегодня не вызывает сомнений. Современные психологи утверждают, что безопасность является необходимым условием развития любой системы. Личность может развиваться только в среде с определенными параметрами, среди которых одним из самых существенных является психологическая безопасность. Психологическая безопасность рассматривается как состояние защищенности личности, обеспечивающее ее целостность как активного социального субъекта и возможности развития в условиях информационного взаимодействия с окружающей средой. В этой связи важно понимать, какие показатели могут свидетельствовать о психологической безопасности личности. Учитывая, что особенностью любой социальной среды, характеризующейся высокой степенью психологической безопасности, является наличие эмо-