



Психологические детерминанты эмоционально-личностного благополучия трудящихся

КАРАПЕТЯН Лариса Владимировна

Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург, Россия

ГЛОТОВА Галина Анатольевна

Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Москва, Россия

Поступила в редакцию 01.08.2018 г.

Аннотация. *Цель* — изучение особенностей эмоционально-личностного благополучия специалистов различных видов профессиональной деятельности. *Метод.* В выборку вошли такие представители категории «трудящиеся», как врачи, педагоги, психологи, сотрудники полиции, инженерно-технические работники, рабочие промышленных предприятий, представители сферы услуг. Всего 1348 человек. Для изучения эмоционально-личностного благополучия авторами разработана исследовательская методика «Самооценка эмоционально-личностного благополучия», СЭЛБ. По итогам опроса с помощью кластерного анализа были выделены четыре группы респондентов: с высоким, повышенным, сниженным и низким индексом СЭЛБ. *Результаты.* Доказано, что эмоционально-личностное благополучие респондентов с разным профессиональным статусом имеет как сходства, так и различия. Наиболее высокий индекс СЭЛБ отмечен у специалистов профессий, предъявляющих особые требования к такому профессионально-важному качеству, как ответственность (полицейские, врачи, педагоги). Ниже других профессиональных групп оценивают своё эмоционально-личностное благополучие инженерно-технические работники производственных предприятий. В качестве детерминант эмоционально-личностного благополучия / неблагополучия рассматриваются психологические особенности респондентов (адаптационные возможности, подверженность профессиональному выгоранию). Полученные данные подтвердили, что исследуемые психологические особенности являются детерминантами эмоционально-личностного благополучия, и показали специфику их проявления в профессиональных сегментах. *Ценность результатов.* Результаты исследования могут использоваться при разработке программ психологического сопровождения специалистов с различным профессиональным статусом.

Ключевые слова: эмоционально-личностное благополучие, самооценка эмоционально-личностного благополучия, профессиональный статус, профессиональное выгорание.

Введение

Профессиональная деятельность — это основной вид деятельности большей части взрослого населения нашей страны. Её влияние на человека не является однозначным, она может привести к таким негативным результатам, как формирование профессиональных

деструкций (Зеер, Сыманюк, 2005), профессионального выгорания (Орел, 2005), хронической усталости (Бодров, 2012), профессиональных деформаций (Барабанщикова, 2016), переживание внутреннего неблагополучия (Карапетян, 2017а). Вместе с тем, она может являться источником конструктивного развития личности профессионала, формируя в нём жизнестойкость (Фомина, Федосеева, 2016), стрессоустойчивость (Лозгачева, 2012), конфликтную компетентность (Бендюков, Харчук, 2017), переживание внутреннего благополучия (Карапетян, 2017в; Zotova, Karapetyan, 2015). Научно доказано наличие психологических факторов, задающих негативный вектор влияния профессии на человека. С одной стороны, к ним относятся низкая профессиональная мотивация, недостаточный интеллектуальный ресурс специалиста, завышенный уровень притязаний, а с другой, — повышенное чувство ответственности. Вместе с тем, существуют психологические факторы, задающие позитивное направление взаимодействия профессии и специалиста. К примеру, в зарубежной психологии в качестве предикторов профессиональной эффективности исследуются экстраверсия, открытость опыту, согласие и добросовестность, входящие в так называемые факторы «Большой пятёрки» (Judge, Heller, Mount, 2002). И если влияние этих и других качеств на эффективность выполняемой деятельности широко представлено в трудах отечественных и зарубежных учёных, то их роль в качестве детерминант переживаемого специалистом благополучия освещена недостаточно. Р. А. Березовская отмечает необходимость изучения внутреннего благополучия применительно к сфере профессионального труда (Березовская, 2016). На зависимость субъективного благополучия человека от того, какое место профессиональная деятельность занимает в системе его смысловых отношений и ценностей указывает Р. М. Шамионов (2008). Изучались особенности внутреннего благополучия представителей определённых профессиональных групп: учителей (Баева, Баев, Гаязова, 2013), представителей производственной интеллигенции и рабочих промышленных предприятий (Карапетян, 2017в), специалистов помогающих профессий (Молокостова, Якиманская, 2015) и так далее. Однако большинство работ носят локальный характер (объектом исследования являются отдельные категории трудящихся). В связи с этим, вопросы переживания внутреннего благополучия требуют дальнейшего изучения и систематизации.

Конструкт «эмоционально–личностное благополучие»

Внутреннее благополучие личности в науке нередко отождествляется с другими, близкими по смыслу понятиями, такими как «счастье», «удовлетворённость жизнью», «оптимизм», «субъективное качество жизни» и так далее (Карапетян, 2017г, с. 132; Карапетян 2017д, с. 28). Но особо часто параллель проводится между внутренним благополучием и здоровьем человека (И. А. Джидарьян, И. В. Дубровина, А. В. Воронина, Л. В. Тарабакина и другие). Так, Всемирная организация здравоохранения предлагает понимать здоровье как состояние полного физического, душевного и социального благополучия, что подразумевает способность человека жить полноценной жизнью (Глобальная стратегическая программа «Здоровье для всех к 2000 году», 1984). Однако, на наш взгляд, эти понятия не являются тождественными, их невозможно использовать как синонимы, хотя у них есть достаточно точек соприкосновения.

Подтверждая вышесказанное, отметим, что в настоящее время значительное количество работ направлено на исследование благополучия как самостоятельного феномена. Эти работы отличаются разноплановостью, терминологической и методологической вариативностью. Так, зарубежные учёные исследуют субъективное (N. M. Bradburn, E. Diener,

D. Kahneman, N. Schwarz, S. Lyubomirsky, H. S. Lepper) и психологическое (C. R. Rogers, C. D. Ryff, A. S. Waterman) благополучие. Отечественные исследователи изучают субъективное (Е. Б. Перельгина, А. И. Донцов, Р. М. Шамионов и другие), психологическое (О. Ю. Зотова, Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко и другие), эмоциональное (О. Ю. Данилова, О. И. Одарущенко, И. В. Фрайфельд), профессиональное (В. В. Барабанщикова, Р. А. Березовская, Е. И. Рут), личностное (Н. А. Батулин, С. А. Башкатов, Н. В. Гафарова) и другие виды благополучия. Несмотря на терминологическое разнообразие, исследуемые феномены соотносимы с двумя сложившимися еще в Античности философскими традициями — гедонизма и эвдемонизма, давшими начало таким теоретическим конструктам, как «субъективное благополучие», тяготеющее к гедонистической линии исследования, и «психологическое благополучие», тяготеющее к эвдемонистической линии. Мы считаем, что вышеуказанные подходы могут использоваться как взаимодополняющие, то есть возможна их теоретическая и практическая интеграция, что позволило нам объединить их в рамках единой концепции и ввести новое понятие «эмоционально–личностного благополучия».

Эмоционально–личностное благополучие — это целостное экзистенциальное переживание состояния гармонии между внутренним и внешним миром, возникающее в процессе жизни, деятельности и общения человека. Результатом снижения уровня такой гармонии является переживание состояния эмоционально–личностного неблагополучия (Карапетян, Глотова, 2017, с. 102). Для изучения эмоционально–личностного благополучия и выявления его параметров было проведено пилотное исследование, в котором приняло участие 117 человек (71 женщина и 46 мужчин). Респонденты отвечали на два открытых вопроса: 1) С какими эмоциями, мыслями или действиями связывается для вас состояние внутреннего благополучия? Можете дать от одного до пяти ответов; 2) С какими эмоциями, мыслями или действиями связывается для вас состояние внутреннего неблагополучия? Можете дать от одного до пяти ответов.

Полученные ответы с помощью контент–анализа были сгруппированы в девять категорий, связанных со следующими психологическими феноменами: счастье, везение, оптимизм, успешность, компетентность, надёжность, пессимизм, несчастливость, завистливость. Выделенные категории преобразованы в моношкалы и положены в основу исследовательской методики (опросника). Безусловно, с помощью опросника мы можем исследовать только самооценку эмоционально–личностного благополучия, поэтому методика была названа «Самооценка эмоционально–личностного благополучия (СЭЛБ)». Самооценка эмоционально–личностного благополучия — это оценивание человеком себя на основе представлений о степени выраженности у него каждого из девяти параметров, входящих в структуру эмоционально–личностного благополучия, что является результатом его самопознания и отношения к себе. Компактность методики СЭЛБ, лёгкость проведения опроса и обработки результатов являются показателями экологичности методики СЭЛБ. Кроме того, доказаны надёжность, конвергентная и прагматическая валидность данной методики (Карапетян, Глотова, 2017, с. 119–121).

Эмпирическое исследование 1

Методики исследования

Для изучения эмоционально–личностного благополучия нами была использована диагностическая методика «Самооценка эмоционально–личностного благополучия», СЭЛБ (Карапетян, Глотова, 2017, с. 106). Респонденты заполняли бланк с девятью моношкалами: «счастливый», «успешный», «пессимист», «везучий», «компетентный», «несчастливый»,

«оптимист», «надёжный», «завистливый», оценивая себя в настоящий момент по каждой из этих шкал по семибалльной системе отсчёта от 1 («совершенно точно, нет») до 7 («совершенно точно, да»). Далее вычислялись суммарные показатели: показатель эмоционального благополучия (А), включающий значения по шкалам «счастливый», «везучий», «оптимист»; показатель личностного благополучия (В), включающий значения по шкалам «успешный», «компетентный», «надёжный»; суммарный показатель «эмоционального» и «личностного» благополучия (А + В); показатель неблагополучия (С), включающий значения по шкалам «пессимист», «несчастливый», «надёжный», и общий индекс эмоционально-личностного благополучия (А + В – С)¹.

Для изучения психологических детерминант эмоционально-личностного благополучия применялись методика К. Роджерса и Р. Даймонд² «Социально-психологическая адаптация» (СПА) в адаптации А. К. Осницкого (2004), а также методика К. Маслач и С. Джексона «Maslach Burnout Inventory, MBI» (Maslach, Jackson, 1981; Maslach, Jackson, Leiter, 1996), в адаптации Н. Е. Водопьяновой и Е. С. Старченковой — «Профессиональное выгорание» (Водопьянова, Старченкова, 2008).

Выборка исследования

Выборка состояла из 1348 человек, занимающихся различными видами профессиональной деятельности, а именно: врачи ($n = 85$), представители сферы услуг ($n = 212$), инженерно-технические работники промышленных предприятий, ИТР ($n = 264$), рабочие ($n = 112$), сотрудники МВД ($n = 200$), педагоги ($n = 221$), психологи ($n = 254$). Участниками исследования стали 963 женщины (71.4%) и 385 мужчин (28.6%). В выборку вошли трудящиеся разных возрастных категорий: половина респондентов (52.3%) принадлежит к возрастной категории «молодёжь» (от 18 до 30 лет), 31.9% находятся в возрастной группе от 30 до 50 лет («средний возраст»), меньше всего в выборке (15.8%) представлен возрастной сегмент «старше 50 лет» (зрелый возраст). Участники исследования имели разный уровень образования: 14.8% респондентов имели среднее образование, 19.2% — среднее профессиональное, 9.8% — незаконченное высшее, и больше половины испытуемых (56,2%) имели диплом о высшем образовании.

Обработка собранных данных

При обработке полученных данных применялись двухшаговый кластерный анализ, непараметрический критерий различий Колмогорова — Смирнова, непараметрический коэффициент корреляции ρ Спирмена, угловое преобразование ϕ Фишера.

Результаты исследования 1

Полученные с помощью методики СЭЛБ данные показали, что есть профессиональные группы, имеющие сходную выраженность самооценки как эмоционально-личностного благополучия в целом (индекса СЭЛБ), так и его отдельных параметров (табл. 1).

1 Показатели отдельных моношкал опросника входили в итоговые формулы с равными весами.

2 Данный опросник был разработан Карлом Р. Роджерсом, основателем клиент-центрированной психотерапии, и Розалиндой Е. Даймонд (Rogers, Dumond, 1954) для диагностики школьников. На русский язык методика впервые была переведена и апробирована в физико-математических школах г. Москвы Т. В. Снегирёвой (Снегирева, 1978; 1987), затем опросник был значительно модифицирован А. К. Осницким (2004). После опубликования в сборнике «Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп» (Фетискин и др., 2002) методика получила заметное распространение в России, став одним из наиболее часто используемых инструментов диагностики социально-психологической адаптации. К сожалению, в русскоязычных научных публикациях часто встречается склонение фамилии Розалинды Даймонд по мужскому типу («методика Роджерса-Даймонда») и фактически отсутствуют нормы для взрослой выборки. *Прим. ред.*

Наиболее высоко своё эмоционально–личностное благополучие оценивают представители МВД, самые низкие значения индекса эмоционально–личностного благополучия (А + В – С) мы обнаруживаем у инженерно–технических работников производственных предприятий. Нет достоверных различий по методике СЭЛБ между группами врачей и педагогов, то есть тех специалистов, чья профессиональная деятельность предполагает определённую специфику ответственности за результаты своего труда. Представители сферы услуг, ИТР и рабочие имеют фактически совпадающие показатели методики СЭЛБ (различия между средними значениями по параметрам методики СЭЛБ недостоверны). В большей степени отличается от других исследуемых групп выборка МВД (54 из 90 возможных различий являются достоверными), при этом различия получены как для отдельных моношкал методики, так и для суммарных показателей и индекса СЭЛБ. Отличается от других профессиональных групп эмоционально–личностное благополучие психологов, хотя меньше всего этих различий с выборками педагогов (четыре различия из 15 возможных) и врачей (три различия из 15 возможных). Необходимо отметить, что вышеуказанные различия достоверны только в отношении отдельных моношкал, суммарных позитивных показателей «А» и «В» и индекса СЭЛБ, тогда как суммарный негативный показатель «С» ни в одной из групп достоверных различий не показал.

Таблица 1. Выраженность параметров методики СЭЛБ у различных категорий трудящихся, среднее арифметическое по выборке

Параметры методики	Категории трудящихся (виды профессиональной занятости)						
	МВД (n = 200)	Врачи (n = 85)	Педагоги (n = 221)	Психологи (n = 254)	Сфера услуг (n = 212)	ИТР (n = 264)	Рабочие (n = 112)
Счастливый	5.66	5.21	5.18	5.20	5.15	4.87	4.97
Везучий	5.20	4.88	4.56	4.98	4.46	4.33	4.26
Оптимист	5.83	5.48	5.32	5.49	5.37	5.24	5.43
Успешный	5.43	5.06	4.88	4.89	4.53	4.46	4.42
Компетентный	5.59	5.49	5.25	4.63	4.95	5.13	4.73
Надёжный	6.06	6.06	5.60	5.50	5.75	5.78	5.73
Пессимист	2.22	1.99	2.25	2.30	2.19	2.31	2.05
Несчастливый	1.47	1.79	1.85	1.83	1.81	1.93	1.80
Завистливый	1.56	1.49	1.64	1.75	1.45	1.52	1.46
А	16.68	15.58	15.06	15.68	14.98	14.44	14.66
В	17.08	16.61	15.73	15.02	15.23	15.37	14.88
А+В	33.77	32.19	30.79	30.69	30.21	29.81	29.54
С	5.25	5.27	5.74	5.87	5.45	5.77	5.31
Индекс СЭЛБ	28.51	26.92	25.05	24.82	24.76	24.04	24.23

На основании значений индекса СЭЛБ был проведён двухшаговый кластерный анализ, в результате которого респонденты были разделены на четыре подгруппы: две позитивные (с высоким и повышенным индексом СЭЛБ) и две негативные (со сниженным и низким индексом СЭЛБ). При этом распределение респондентов на группы по численности оказалось неравномерным (Табл. 2). Самой многочисленной (40.8%) оказалась группа трудящихся с высоким уровнем индекса СЭЛБ (550 человек). Меньше всего человек в группе с низким уровнем индекса (91), что составляет 6.7% от общего числа участников исследования.

Поскольку результаты исследования имеют прикладное значение и могут быть использованы как в индивидуальной, так и в групповой форме психологической работы, предлагается определение типа самооценки проводить путем сравнения индивидуальных результатов с результатами значений, полученными в данном исследовании при выделении четырёх групп на основании индекса СЭЛБ (Табл. 2).

Таблица 2. Численность групп с высоким, повышенным, сниженным и низким индексом СЭЛБ в общей выборке трудящихся (n = 1348)

Наименование кластера	Min	Max	M	n
1. Высокий индекс СЭЛБ	28	39	31.39	550 (40.8%)
2. Повышенный индекс СЭЛБ	22	27	24.62	229 (17%)
3. Сниженный индекс СЭЛБ	15	21	18.49	478 (35.5%)
4. Низкий индекс СЭЛБ	-2	14	9.64	91 (6.7%)
Итого				1348 (100%)

Охарактеризуем наполняемость выделенных групп в каждом профессиональном сегменте (табл. 3). Графически наполняемость выделенных групп отражена на рис. 1.

Таблица 3. Представленность групп с разным уровнем индекса СЭЛБ в профессиональных сегментах трудящихся

Кластеры	МВД (n = 200)	Врачи (n = 85)	Педагоги (n = 221)	Психологи (n = 254)	Сфера услуг (n = 212)	ИТР (n = 264)	Рабочие (n = 112)
Высокий индекс СЭЛБ	57%	48.2%	42.5%	39.4%	36.3%	33.7%	31.3%
Повышенный индекс СЭЛБ	39%	32.9%	31.7%	36.2%	34%	35.6%	39.3%
Сниженный индекс СЭЛБ	1%	17.7%	17.6%	15.7%	23.1%	23.5%	19.6%
Низкий индекс СЭЛБ	3%	1.2%	8.2%	8.7%	6.6%	7.2%	9.8%
Итого	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Как следует из представленных данных (Табл. 3, Рис. 1), количество лиц с высоким индексом эмоционально-личностного благополучия достоверно больше, чем с повышенным индексом СЭЛБ в группах врачей ($\varphi^*_{эмп} = 2.04 > \varphi^*_{крит} = 1.64, p \leq 0.05$), МВД ($\varphi^*_{эмп} = 3.62 > \varphi^*_{крит} = 2.31, p \leq 0.01$) и педагогов ($\varphi^*_{эмп} = 2.37 > \varphi^*_{крит} = 1.64, p \leq 0.05$). Наибольшая наполняемость группы с высоким индексом СЭЛБ наблюдается в выборке сотрудников МВД (57%), в меньшей степени она представлена в выборке рабочих (31,3%). При этом в выборке сотруд

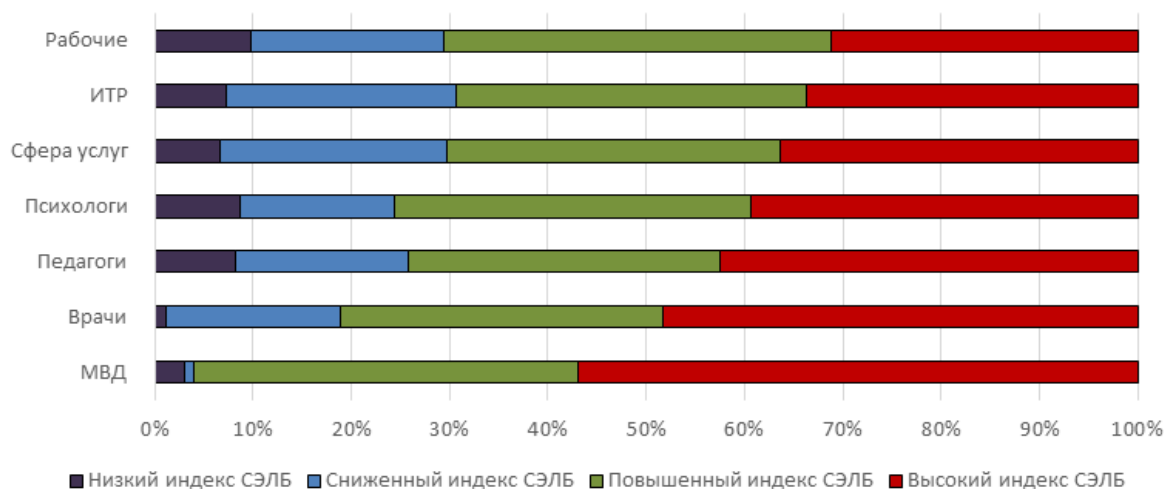


Рисунок 1. Группы с разным уровнем индекса СЭЛБ в профессиональных сегментах трудящихся

ников МВД численность группы с высоким индексом СЭЛБ достоверно больше, чем во всех остальных выборках ($p \leq 0.01$), кроме врачей. В выборке врачей наполняемость данной группы составляет 48.2%, что достоверно выше, чем в выборке рабочих ($\varphi_{\text{эмп}}^* = 2.43 > \varphi_{\text{крит}}^* = 2.31, p \leq 0.01$), ИТР ($\varphi_{\text{эмп}}^* = 2.38 > \varphi_{\text{крит}}^* = 2.31, p \leq 0.01$) и представителей сферы услуг ($\varphi_{\text{эмп}}^* = 1.88 > \varphi_{\text{крит}}^* = 1.64, p \leq 0,05$). Различия в численности группы с высоким индексом СЭЛБ между оставшимися профессиональными сегментами недостоверны.

Между профессиональными сегментами нашей выборки не обнаружено достоверных различий по численности групп с повышенным индексом СЭЛБ. Но необходимо отметить, что процентный состав этой группы во всех выборках трудящихся достоверно больше, чем состав группы со сниженным ($p \leq 0.01$) и низким ($p \leq 0.01$) индексом СЭЛБ. Группа со сниженным индексом СЭЛБ является самой многочисленной в выборке ИТР (23.48%), а самой меньшей — в выборке МВД (1%).

Наименее представленной во всех профессиональных сегментах является группа с низким индексом СЭЛБ. Меньше всего наполняемость этой группы в выборке врачей (1.2%) и сотрудников МВД (3%), причём у личного состава МВД различия достоверны со всеми остальными профессиональными выборками ($p \leq 0.01$). Большой объём группы с низким индексом СЭЛБ отмечен в выборке рабочих (9.8%), однако различия с остальными профессиональными выборками недостоверны.

Необходимо отметить, что сам характер тех профессий, среди которых оказалась высокой доля респондентов с высоким индексом СЭЛБ едва ли случаен — в силу самого характера своего труда и сотрудники МВД, и врачи, и педагоги, и психологи представляют собой профессиональные сообщества с повышенными рисками стрессов и эмоциональных перегрузок, с которыми они должны уметь эффективно справляться, поэтому закономерно, что именно в этих группах доля лиц, позитивно оценивающих своё эмоционально–личностное благополучие, оказывается выше, чем в прочих. Таким образом, характер профессиональной деятельности является детерминантой эмоционально–личностного благополучия и влияет на степень выраженности самооценки эмоционально–личностного благополучия. Результаты тестирования других социально–демографических факторов, таких как пол, возраст, образование, представлены в ранее опубликованных нами работах (Карапетян, 2014а; 2014б; 2016; 2017а; 2017б). В данной статье мы остановимся на изучении психологических детерминант.

Эмпирическое исследование 2

Социально–психологическая адаптация подразумевает способность человека жить в гармонии с социальным окружением. По мнению К. Роджерса, социальная адаптация объединяет в себе необходимость соответствовать требованиям социума и учитывать собственные потребности, мотивы, интересы. Уровень социально–психологической адаптации тесно связан с психологическими характеристиками личности и особенностями её поведения. Модель отношений человека с социальным окружением и с самим собой исходит из концепции личности как субъекта собственного развития, способного отвечать за своё поведение. Критерии адаптированности отчасти совпадают с критериями личностной зрелости, в их числе: чувство собственного достоинства и умение уважать других, открытость реальной практике деятельности и отношений, понимание своих проблем и стремление справиться с ними. Это позволяет нам предположить существование связи между успешностью социально–психологической адаптации и эмоционально–личностным благополучием.

В качестве детерминанты эмоционально–личностного неблагополучия может быть рассмотрено профессиональное выгорание. В большинстве случаев профессиональное выгорание рассматривается как деструктивный процесс, который приводит к снижению профессиональной эффективности, утрате коммуникативных качеств и развитию нервно–психической дезадаптации вплоть до необратимых изменений личности. Как показывают исследования, причиной профессионального выгорания могут стать как неудовлетворительные условия работы, так и индивидуальные особенности личности работника (Водопьянова, Старченкова, 2008; Зеер, Сыманюк, 2005).

Рассмотрим показатели социально–психологической адаптации трудящихся, вошедших в нашу выборку, как возможной детерминанты их эмоционально–личностного благополучия. Из 1348 человек методики «Социально–психологическая адаптация» К. Роджерса и Р. Даймонд заполнили 899 человек (из них 85 врачей, 212 представителей сферы услуг, 133 ИТР, 112 рабочих, 171 педагог, 186 психологов). В методике вычисляются 13 исходных показателей, среди которых есть два суммарных: адаптация и дезадаптация. Кроме этого в методике рассчитываются интегральные показатели, но поскольку нормы выделены только для исходных показателей, в последующем анализе были использованы именно они. Методику «Профессиональное выгорание» заполнили 381 респондент из четырёх профессиональных групп, а именно: 36 врачей, 64 представителя сферы услуг, 221 педагог и 30 психологов.

Результаты исследования 2

Анализ средних значений исходных показателей методики СПА с позиции их соответствия норме (табл. 4) показал, что респонденты всех профессиональных групп имеют выраженные адаптационные возможности. Выше нормы оказались значения по исходному суммарному показателю «Адаптация» у психологов, врачей, рабочих и представителей сферы услуг. Респондентов всех профессиональных групп отличает позитивное отношение к себе, к окружающим людям, а также внутренний локус контроля. При этом врачи и психологи характеризуются большими показателями интернальности, то есть склонностью брать ответственность за происходящее на себя. Результаты анализа связей параметров методики СЭЛБ с исходными показателями методики СПА приведены в табл. 5.

Анализ показал, что исходные показатели методики СПА имеют тесные корреляционные связи с методикой СЭЛБ (из 182 возможных связей 175 статистически значимы). В меньшей степени связаны с параметрами методики СЭЛБ исходные показатели «Эмоциональный комфорт» (11 связей из 15 возможных), «Интернальность» (шесть связей из 15 возможных) и «Доминирование» (восемь связей из 15 возможных). Примечательно, что с исходными показателями, образующими суммарный показатель «Адаптация» методики СПА, позитивные параметры методики СЭЛБ (1–6; 10–12; 14) связаны положительными корреляционными связями, а негативные (7–9; 13) — отрицательными, тогда как с исходными показателями СПА, образующими суммарный показатель «Дезадаптация», положительно связаны параметры эмоционально–личностного неблагополучия (7–9; 13).

Полученные результаты позволяют рассматривать особенности социально–психологической адаптации респондентов в качестве детерминанты их эмоционально–личностного благополучия. Выраженность показателей профессионального выгорания у респондентов различных профессиональных групп и их соответствие нормам приведены в табл. 6.

Таблица 4. Средние значения исходных показателей методики СПА в различных профессиональных группах

Показатели социально-психологической адаптации	Нормы	Врачи (n = 85)	Педагоги (n = 171)	Психологи (n = 186)	Сфера услуг (n = 212)	ИТР (n = 133)	Рабочие (n = 112)
Адаптация	68 — 136	137.24	135.74	143.77	137.08	135.49	137.70
Дезадаптация	68 — 136	69.87	80.83	68.83	80.48	80.96	83.47
Самопрятие	22 — 42	45.81	42.99	48.82	43.78	42.71	45.04
Непрятие себя	14 — 28	11.15	13.53	11.15	13.74	13.46	13.28
Принятие других	12 — 24	25.40	25.87	25.57	24.93	25.58	24.66
Непринятие других	14 — 28	14.12	16.08	13.66	15.46	15.89	16.97
Эмоциональный комфорт	14 — 28	21.16	22.83	24.46	24.01	22.01	23.16
Эмоциональный дискомфорт	14 — 28	13.76	16.22	14.54	15.93	16.45	16.59
Интернальность	26 — 52	56.08	54.98	56.03	55.25	56.29	55.64
Экстернальность	18 — 36	13.80	19.06	17.05	18.58	19.27	20.12
Доминирование	06 — 12	8.81	8.95	10.19	9.43	8.36	9.85
Ведомость	12 — 24	17.18	18.74	16.60	18.03	18.81	18.76
Уход от проблем	10 — 20	11.48	13.26	12.39	13.03	12.56	14.26

Примечание: полужирным шрифтом выделены значения показателей, выходящие за границы нормы.

Таблица 5. Корреляционные связи (ρ Спирмена) между параметрами СЭЛБ и исходными показателями СПА

Параметры эмоционально-личностного благополучия	Адаптация	Дезадаптация	Самопрятие	Непрятие себя	Принятие других	Непрятие других	Эмоциональный комфорт	Эмоциональный дискомфорт	Интернальность	Экстернальность	Доминирование	Ведомость	Эскапизм
Счастливый	.109***	-.161***	.118***	-.143***	.053	-.097**	.146***	-.186***	-.039	-.138***	.004	-.083*	-.095**
Оптимист	.171***	-.213***	.224***	-.192***	.072*	-.156***	.151***	-.232***	.037	-.179***	.136***	-.157***	-.093**
Везучий	.268***	-.214***	.233***	-.215***	.201***	-.231***	.284***	-.242***	.060	-.186***	.136***	-.078*	-.101***
Успешный	.191***	-.206***	.211***	-.193***	.097**	-.123***	.166***	-.245***	.069*	-.204***	.117***	-.108***	-.122***
Компетентный	.150***	-.143***	.138***	-.157***	.124***	-.112***	.046	-.160***	.102***	-.174***	.050	-.107***	-.076*
Надёжный	.212***	-.123***	.155***	-.176***	.199***	-.151***	.027	-.121***	.188***	-.137***	-.026	-.021	-.085*
Пессимист	-.182***	.260***	-.178***	.228***	-.130***	.265***	-.164***	.263***	-.023	.228***	-.095**	.170***	.177***
Несчастливый	-.160***	.279***	-.173***	.238***	-.112***	.228***	-.120***	.273***	-.039	.234***	-.027	.149***	.179***
Завистливый	-.097**	.164***	-.053	.157***	-.114***	.144***	.008	.162***	-.063	.150***	.145***	.087**	.132***
A	.246***	-.266***	.265***	-.247***	.146***	-.220***	.256***	-.298***	.027	-.228***	.127***	-.145***	-.134***
B	.243***	-.213***	.228***	-.234***	.181***	-.172***	.104***	-.240***	.160***	-.232***	.060	-.111***	-.130***
A+B	.283**	-.274***	.284***	-.278***	.187***	-.223***	.210***	-.311***	.103***	-.262***	.111***	-.141***	-.153***
C	-.192**	.326***	-.198***	.286***	-.147***	.298***	-.128***	.320***	-.044	.284***	-.025	.194***	.228***
A+B-C	.288**	-.336***	.290***	-.319***	.199***	-.284***	.205**	-.359***	.091**	-.309***	.095**	-.187***	-.203***

Примечание: *** $p \leq .001$; ** $p \leq .01$; * $p \leq .05$.

Таблица 6. Средние значения параметров методики ПВ в разных профессиональных группах

Параметры профессионального выгорания	Границы среднего уровня	Врачи (n = 36)	Педагоги (n = 221)	Психологи (n = 30)	Сфера услуг (n = 64)
Эмоциональное истощение	16 — 24	17.75	19.62	18.37	21.69
Деперсонализация	06 — 10	8.78	9.15	10.67	7.81
Профессиональные достижения	31 — 36	33.33	32.56	35.03	33.89

Примечание: полужирным шрифтом выделен показатель, выходящий за границы среднего уровня.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что представители исследуемых профессиональных групп отмечают у себя среднюю выраженность симптомов профессионального выгорания, таких как эмоциональное истощение и деперсонализация. Причем необходимо отметить, что у психологов значения показателя «деперсонализация» выходят за границы среднего уровня сформированности. По показателю «профессиональные достижения» средние значения всех профессиональных групп также находятся в границах нормы. Анализ корреляционных связей между параметрами методики СЭЛБ и показателями методики ПВ представлены в табл. 7.

Таблица 7. Корреляционные связи (ρ Спирмена) между параметрами методики СЭЛБ и показателями методики ПВ ($n = 381$)

Параметр самооценки эмоционально-личностного благополучия	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Профессиональные достижения
Счастливый	-.226(***)	-.186(***)	.185(***)
Везучий	-.212(***)	-.167(**)	.176(***)
Оптимист	-.202(***)	-.190(***)	.212(***)
Успешный	-.251(***)	-.220(***)	.260(***)
Компетентный	-.115(*)	-.158(**)	.182(***)
Надёжный	-.178(***)	-.177(***)	.152(**)
Пессимист	.227(***)	.159(**)	-.123(*)
Несчастливый	.156(**)	.106(*)	-.097
Завистливый	.171(***)	.155(**)	-.043
А	-.275(***)	-.248(***)	.240(***)
В	-.230(***)	-.236(***)	.252(***)
А+В	-.298(***)	-.290(***)	.273(***)
С	.241(***)	.180(***)	-.130(*)
Индекс СЭЛБ	-.307(***)	-.275(***)	.259(***)

Примечание: * $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$.

Данные, приведённые в табл. 7, показывают, что все шесть позитивных моношкал методики СЭЛБ, суммарные показатели «А», «В», «А + В» и индекс СЭЛБ обнаружили достоверные положительные связи с параметром «профессиональные достижения» и достоверные отрицательные связи с параметрами «эмоциональное истощение» и «деперсонализация» методики ПВ. Причем для таких моношкал СЭЛБ, как «счастливый», «оптимист», «успешный», связи с каждым из трёх перечисленных параметров достоверны при $p \leq 0.001$. Для моношкал «везучий» и «надёжный» две связи достоверны при $p \leq 0.001$ и одна — при $p \leq 0.01$, а для моношкалы «компетентный» одна связь достоверна при $p \leq 0.001$ (с параметром «профессиональные достижения»), одна — при $p \leq 0.01$ (с «деперсонализацией») и одна при $p \leq 0.05$ (с эмоциональным истощением). Суммарные позитивные шкалы «А», «В», «А + В», и индекс СЭЛБ коррелируют с параметрами методики ПВ на высоком уровне достоверности ($p \leq 0.001$). Таким образом, меньшей выраженности профессионального выгорания соответствуют более высокие оценки респондентами себя по позитивным моношкалам методики СЭЛБ.

Негативные моношкалы и суммарный показатель «С» методики СЭЛБ продемонстрировали иной характер связей с параметрами профессионального выгорания. Все три негативных моношкалы СЭЛБ обнаружили достоверные положительные связи с параметром «эмоциональное истощение» (моношкалы «пессимист» и «завистливый» при $p \leq 0.001$, моношкала «несчастливый» при $p \leq 0.01$). Достоверные положительные связи с параметром «деперсонализация» выявлены у моношкал «пессимист», «завистливый» (в обоих случаях — при $p \leq 0.01$) и «несчастливый» (при $p \leq 0.05$). Кроме этого, у моношкалы «пессимист» выявлена еще и достоверная отрицательная связь с параметром «профессиональные достижения»

(при $p \leq 0.05$). Негативный суммарный показатель «С» достоверно положительно коррелирует с параметрами ПВ «эмоциональное истощение» и «деперсонализация» (в обоих случаях при $p \leq 0.001$) и достоверно отрицательно коррелирует с параметром «профессиональные достижения» ПВ (при $p \leq 0.05$).

Проведённый анализ корреляционных связей параметров методики ПВ с параметрами методики СЭЛБ (40 из 42 возможных) дает основания рассматривать профессиональное выгорание в качестве детерминанты эмоционально-личностного неблагополучия трудящихся.

Выводы

1. Несмотря на определённый интерес исследователей к проблеме внутреннего благополучия, в отношении профессиональной деятельности она разработана недостаточно.

2. Предлагается изучение «эмоционально-личностного благополучия» как феномена, отражающего различные аспекты переживания человеком внутреннего благополучия / неблагополучия.

3. Выявлена определённая специфика в самооценке эмоционально-личностного благополучия у представителей различных профессиональных групп. Наиболее высоко оценивают своё эмоционально-личностное благополучие сотрудники МВД. Наиболее низкие показатели у инженерно-технических работников промышленных предприятий, то есть у производственной интеллигенции.

4. Эмоционально-личностное благополучие трудящихся в разной степени детерминировано их адаптационными возможностями. Наиболее адаптивной частью выборки являются психологи. В меньшей степени (хотя в пределах нормы) адаптационный ресурс сформирован у инженерно-технических работников.

5. Профессиональное выгорание имеет определённую специфику в группах с разным профессиональным статусом. Эмоциональное истощение, деперсонализация и низкая оценка собственных профессиональных достижений являются выраженными детерминантами эмоционально-личностного неблагополучия трудящихся.

К ограничениям настоящего исследования, не позволяющим распространять полученные результаты на иные виды профессиональной деятельности, а также на трудящихся других регионов России, относятся следующие. Высокие оценки сотрудниками МВД своего эмоционально-личностного благополучия могут быть связаны с влиянием фактора социальной желательности. Кроме того, отсутствие в составе выборки второго исследования представителей МВД могло сказаться на полученных результатах о связи между успешностью социально-психологической адаптации и эмоционально-личностным благополучием. Следует также отметить, значения коэффициента корреляции Спирмена (Табл. 5 и 7), несмотря на высокий уровень значимости, характеризуют связь между конструктами скорее как не очень тесную, что требует дополнительного изучения этой связи, а также возможных побочных и промежуточных переменных.

В качестве ближайшей перспективы исследования феномена эмоционально-личностного благополучия считаем необходимым дальнейшее изучение его психологических детерминант в профессиональной сфере, что позволит перевести заявленную проблему на новый концептуальный уровень и разработать пути дальнейшего повышения эффективности деятельности специалистов. В частности, заслуживает внимания изучение влияния на эмоционально-личностное благополучие сотрудников стиля руководства, деловых и личностных качеств руководителя, социально-психологического климата и ценностно-потребностных

ориентаций коллектива, уровень оплаты труда и других факторов. Отметим также, что с целью подтверждения достоверности, проверки надёжности и устойчивости полученных результатов планируется провести аналогичное исследование в нескольких регионах РФ, расширив при этом перечень профессиональных категорий респондентов.

Литература

- Баева, И. А., Баев, Н. Н., Гаязова, Л. А. (2013). Безопасность как психолого–педагогический ресурс образовательной среды и условие психологического благополучия ученика и учителя. *Научное мнение*, 4, 183–196.
- Барабанщикова, В. В. (2016). *Профессиональные деформации в профессиях инновационной сферы*: Дис. ... докт. психол. наук, М.
- Бендюков, М. А., Харчук, А. Д. (2017). Транзакционная концепция конфликта и конфликтной компетентности в профессиональной сфере. В сб.: *Организационная психология и психология труда*, ТТ 2–3, (39–59). М.: Институт психологии Российской академии наук.
- Березовская, Р. А. (2016). Профессиональное благополучие: проблемы и перспективы психологических исследований. *Психологические исследования*, 9(45), 2.
- Бодров, В. А. (2012). Современные представления о чувстве усталости в профессиональной деятельности. *Психологический журнал*, 33(2), 23–34.
- Водопьянова, Н. Е., Старченков, Е. С. (2008). *Синдром выгорания: диагностика и профилактика*. СПб.: Питер.
- Глобальная стратегическая программа «Здоровье для всех к 2000 году». В сб.: *Словарь терминов, 1984. Раздел 1. Глава II*.
- Зеер, Э. Ф., Сыманюк, Э. Э. (2005). *Психология профессиональных деструкций*, М.
- Карапетян, Л. В. (2014а). Возрастная динамика представлений о собственном эмоционально–личностном благополучии. *Научно–практический журнал «Человеческий капитал»*, 6(66), 179–184.
- Карапетян, Л. В. (2014б). Возрастная динамика представлений о собственном эмоционально–личностном благополучии у мужчин и женщин. *Политематический журнал научных публикаций «Дискуссия»*, 11(52), 104–110.
- Карапетян, Л. В. (2016). Половозрастные особенности самооценки эмоционально–личностного благополучия. *Новое в психолого–педагогических исследованиях*, 4(44), 82–93.
- Карапетян, Л. В. (2017а). Особенности самооценки эмоционально–личностного благополучия у респондентов с различным профессиональным статусом. *Актуальные проблемы психологического знания*, 1(43), 55–66.
- Карапетян, Л. В. (2017б). Особенности самооценки эмоционально–личностного благополучия у респондентов с различным образовательным статусом. *Актуальные проблемы психологического знания*, 1(42), 22–33.
- Карапетян, Л. В. (2017в). Особенности эмоционального благополучия рабочих и инженерно–технических работников промышленных предприятий. *Организационная психология*, 7(1), 31–50.
- Карапетян, Л. В. (2017г). Исследование благополучия в отечественной психологии. *Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В. П. Астафьева*, 2, 132–137.
- Карапетян, Л. В. (2017д). Исследование благополучия в зарубежной психологии. *Вестник Тверского государственного университета*, 4, 28–33.

- Карапетыан, Л. В., Глотова, Г. А. (2017). *Эмоционально–личностное благополучие: Монография*. Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России.
- Лозгачева, О. В. (2012). *Особенности формирования устойчивости к стрессу в процессе профессионального развития личности*. Екатеринбург.
- Молокостова, А. М., Якиманская, И. С. (2015). Социально–психологические аспекты безопасности образовательной среды и субъективное благополучие специалистов помогающих профессий. *Вестник Оренбургского государственного университета*, 2(177), 189–193.
- Орел, В. Е. (2005). *Синдром психического выгорания личности*. Ярославль.
- Осницкий, А. К. (2004). Определение характеристик социальной адаптации. *Психология и школа*, 1, 43–56.
- Снегирева, Т. В. (1978). *Процесс социально–психологической адаптации в условиях специализации учебной деятельности (на материале физико–математических школ)*: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Психологический институт, М.
- Снегирева, Т. В. (1987). Методика изучения особенностей личностной саморегуляции. В кн.: И. В. Дубровина (ред.). *Диагностическая и коррекционная работа школьного психолога: Сборник трудов АПН СССР (89–98)*. М.
- Фетискин, Н. П., Козлов, В. В., Мануйлов, Г. М. (ред.) (2002). *Социально–психологическая диагностика развития личности и малых групп (193–197)*. М., Изд–во Института Психотерапии.
- Фомина, Н. В., Федосеева, Т. В. (2016). Исследование показателей жизнестойкости в аспекте личности профессионала. *Современные проблемы науки и образования*, 6, 144–151.
- Шамяионов, Р. М. (2008). Субъективное благополучие личности в профессиональной сфере. В сб.: Р. М. Шамяионов. *Проблемы социальной психологии личности (104–109)*. Саратов: Изд–во СГУ.
- Judge, T. A., Heller, D., Mount, M. K. (2002). Five–Factor model of personality and job satisfaction: A meta–analysis. *Journal of Applied Psychology*, 87, 530–541.
- Maslach, C., Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99–113.
- Maslach, C., Jackson, S. E., Leiter, M. P. (1996). *Maslach Burnout Inventory. MBI Manual (3rd Ed.)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Rogers, C. R., Dymond, R. E. (Eds). (1954). *Psychotherapy and Personality Change: Coordinated Research Studies in the Client–Centered Approach*. Chicago: University of Chicago Press.
- Zotova, O. Yu., Karapetyan, L. V. (2015). Occupation as a factor of personality subjective well–being. *Psychology in Russia: State of the Art*, 8(2), 126–136.



ORGANIZATIONAL PSYCHOLOGY

Emotional and personal well-being of workers: Psychological determinants

Larisa V. KARAPETYAN

Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin, Yekaterinburg, Russian Federation

Galina A. GLOTOVA

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russian Federation

Abstract. The *purpose* of the article is to study the features of emotional and personal well-being of respondents engaged in various types of professional activities. *Study design.* The sample included such representatives of the category “workers” as doctors, teachers, psychologists, police officers, engineers, industrial workers, representatives of the service sector. To study the self-assessment of emotional and personal well-being, the authors developed the research technique of “Self-evaluation of Emotional and Personal Well-being” (SEPW). On the basis of the parameters of this technique cluster analysis was carried out that allowed to identify four groups of subjects: high, increased, decreased and low SEPW Index. It is proved that the emotional and personal well-being of respondents with different professional status has both similarities and differences. *Findings.* The highest ratings on the parameters of the SEPW methodology were noted among the specialists of professions that have special requirements for such a professionally important quality as responsibility (police officers, doctors, teachers). Among other professional groups, it is the engineers of manufacturing enterprises that estimate their emotional and personal well-being below all. The psychological characteristics of respondents (adaptation opportunities, exposure to professional burnout) are considered as determinants of emotional and personal well-being / non-well-being. *Value of the results.* The obtained data confirmed that the studied psychological characteristics are determinants of emotional and personal well-being, and showed the specificity of their manifestation in professional sectors. The results of the study can be used in the development of programs of psychological support of specialists with different professional status.

Keywords: emotional and personal well-being, self-evaluation of emotional and personal well-being, professional status, professional burnout.

References

- Baeva, I. A., Baev, N. N., Gayazova, L. A. (2013). Bezopasnost' kak psihologo-pedagogicheskij resurs obrazovatel'noj sredy i uslovie psihologicheskogo blagopoluchiya uchenika i uchitelya [Security as a psychological and pedagogical resource of the educational environment and the condition of psychological well-being of the student and the teacher]. *Nauchnoe mnenie*, 4, 183–196.
- Barabanshikova, V. V. (2016). *Professional'nye deformacii v professiyah innovacionnoj sfery* [Professional deformations in the professions of innovation]: Dis. ...dokt. psihol. nauk, M.

- Bendyukov, M. A., Harchuk, A. D. (2017). Tranzakcionnaya koncepciya konflikta i konfliktnoj kompetentnosti v professional'noj sfere [Transactional concept of conflict and conflict competence in the professional sphere]. *Organizacionnaya psihologiya i psihologiya truda*, Vol. 2–3, (39–59). M.: IP RAN.
- Berezovskaya, R. A. (2016). Professional'noe blagopoluchie: problem i perspektivy psihologicheskikh issledovaniy [Professional well-being: problems and prospects of psychological research]. *Psikhologicheskie Issledovaniya*, 9(45), 2.
- Bodrov, V. A. (2012). Sovremennye predstavleniya o chuvstve ustalosti v professional'noj deyatel'nosti [Modern ideas about the feeling of fatigue in professional activity]. *Psihologicheskij zhurnal*, 33(2), 23–34.
- Fomina, N. V., Fedoseeva, T. V. (2016). Issledovanie pokazatelej zhiznestojkosti v aspekte lichnosti professional [Study of indicators of resilience in the aspect of the professional personality]. *Sovremennye problem nauki i obrazovaniya*, 6, 144–151.
- Globalnaya strategicheskaya programma "Zdorovye dlya vsekh k 2000 godu". In: *Slovar terminov. 1984. Razdel 1. Glava II*.
- Judge, T. A., Heller, D., Mount, M. K. (2002). Five-Factor model of personality and job satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 87, 530–541.
- Karapetyan, L. V. (2014a). Vozrastnaya dinamika predstavlenij o sobstvennom emocional'no-lichnostnom blagopoluchii u muzhchin i zhenshchin [Age dynamics of men's and women's ideas about their own emotional and personal well-being]. *Politematicheskij zhurnal nauchnykh publikacij «Diskussiya»*, 11(52), 104–110.
- Karapetyan, L. V. (2014b). Vozrastnaya dinamika predstavlenij o sobstvennom emocional'no-lichnostnom blagopoluchii [Age dynamics of ideas about emotional and personal well-being]. *Nauchno-prakticheskij zhurnal «Chelovecheskij kapital»*, 6(66), 179–184.
- Karapetyan, L. V. (2016). Polovozrastnye osobennosti samoocenki emocional'no-lichnostnogo blagopoluchiya [Gender and age features of self-assessment of emotional and personal well-being]. *Novoe v psihologo-pedagogicheskikh issledovaniyah*, 4(44), 82–93.
- Karapetyan, L. V. (2017a). Osobennosti samoocenki emocional'no-lichnostnogo blagopoluchiya u respondentov s razlichnym professional'nym statusom [Features of self-assessment of emotional and personal well-being of respondents with different professional status]. *Aktual'nye problemy psihologicheskogo znaniya*, 1(43), 55–66.
- Karapetyan, L. V. (2017b). Osobennosti samoocenki emocional'no-lichnostnogo blagopoluchiya u respondentov s razlichnym obrazovatel'nym statusom [Features of self-assessment of emotional and personal well-being of respondents with different educational status]. *Aktual'nye problem psihologicheskogo znaniya*, 1(42), 22–33.
- Karapetyan, L. V. (2017c). Osobennosti emocional'nogo blagopoluchiya rabochih i inzhenerno-tekhnicheskikh rabotnikov promyshlennyh predpriyatij [Features of emotional well-being of workers and engineers of industrial enterprises]. *Organizational Psychology*, 7(1), 31–50.
- Karapetyan, L. V. (2017d). Issledovaniye blagopoluchiya v otechestvennoy psikhologii. *Vestnik Krasnoyarskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta V. P. Astafyeva*, 2, 132–137.
- Karapetyan, L. V. (2017e). Issledovaniye blagopoluchiya v zarubezhnoy psikhologii. *Vestnik Tverskogo gosudarstvennogo universiteta*, 4, 28–33.
- Karapetyan, L. V., Glotova, G. A. (2017). *Emocional'no-lichnostnoe blagopoluchie: Monografiya* [Emotional and personal well-being: Monograph]. Ekaterinburg: Ural'skij Institut GPS MCHS Rossii.
- Lozgacheva, O. V. (2012). *Osobennosti formirovaniya ustojchivosti k stressu v processe professional'nogo razvitiya lichnosti* [Features of formation of resistance to stress in the process of professional development]. Yekaterinburg.

- Maslach, C., Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99–113.
- Maslach, C., Jackson, S. E., Leiter, M. P. (1996). *Maslach Burnout Inventory. MBI Manual* (3rd Ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Molokostova, A. M., Yakimanskaya, I. S. (2015). Social'no–psihologicheskie aspekty bezopasnosti obrazovatel'noj sredy i sub'ektivnoe blagopoluchie specialistov pomagayushchih professij [Socio–psychological aspects of the educational environment security and subjective well-being of the specialists of helping professions]. *Vestnik Orenburgskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2(177), 189–193.
- Orel, V. E. (2005). *Sindrom psihicheskogo vygoraniya lichnosti* [Personal burnout syndrome]. Yaroslavl'.
- Osnickij, A. K. (2004). Opredelenie karakteristik social'noj adaptacii [Definition of the characteristics of social adaptation]. *Psihologiya i shkola*, 1, 43–56.
- Rogers, C. R., Dymond, R. E. (Eds). (1954). *Psychotherapy and Personality Change: Coordinated Research Studies in the Client–Centered Approach*. Chicago: University of Chicago Press.
- Shamionov, R. M. (2008). Sub'ektivnoe blagopoluchie lichnosti v professional'noj sfere [Subjective well-being of a person in the professional sphere]. V sb.: R. M. Shamionov (ed.). *Problemy social'noj psihologii lichnosti* (104–109). Saratov: Izd–vo SGU.
- Vodop'yanova, N. E., Starchenkov, E. S. (2008). *Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika* [Burnout syndrome: diagnosis and prevention]. SPb.: Piter.
- Zeer, E. F., Symanyuk, E. E. (2005). *Psihologiya professional'nyh destrukcij* [Psychology of professional destructions]. M.
- Zotova, O. Yu., Karapetyan, L. V. (2015). Occupation as a factor of personality subjective well-being. *Psychology in Russia: State of the Art*, 8(2), 126–136.