



УДК 159.9

<https://doi.org/10.26516/2304-1226.2021.36.65>

О психологических ресурсах здоровья в контексте профессионального развития медицинских работников

В. В. Семикин

Научный центр изучения Арктики, г. Салехард, Россия

А. И. Анисимов, К. М. Крупина

*Санкт-Петербургский государственный институт психологии
и социальной работы, г. Санкт-Петербург, Россия*

Аннотация. На основе теоретического анализа выдвигается гипотеза: профессиональное развитие медработников в напряженных условиях деятельности связано со степенью выраженности психологических ресурсов здоровья. Проактивность и персональные способности (самотрансценденция и самодистанцирование) – ресурсы здоровья личности – характеризуют сформированность ее субъектности. От того, насколько субъект актуализирует ресурсы в стрессогенных условиях, зависит состояние здоровья и уровень профессионального развития. Эмпирически подтверждается, что медработники с более высокими показателями ресурсов выше оценивают осмысленность жизни, благополучие и удовлетворенность профессиональной деятельностью. Оценка выраженности ресурсов здоровья позволяет получить более полное представление о профессиональном развитии личности.

Ключевые слова: психология профессионального развития, психология здоровья, психологические ресурсы здоровья, профессиональное развитие медработников, субъектность, самодетерминация, проактивность.

Для цитирования: Семикин В. В., Анисимов А. И., Крупина К. М. О психологических ресурсах здоровья в контексте профессионального развития медицинских работников // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2021. Т. 36. С. 65–79. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2021.36.65>

Введение

За последние годы на медработников реанимационного профиля легла значительная часть нагрузки в связи с обострившейся эпидемиологической обстановкой в мире. В условиях красной зоны специалисты данного профиля, отодвинув свои потребности, свой привычный образ жизни на второй план, ведут борьбу за жизнь резко возросшего потока пациентов. Именно в условиях реанимации открыто просматривается борьба с вирусом и война со смертью, в которую ежедневно погружены медработники. Для человека, выполняющего свой профессиональный долг в такой обстановке, где существенно возрастают риски утраты ценностей и смыслов собственной жизни, ключевое значение приобретает актуализация его психологических ресурсов.

Значительное внимание в современных исследованиях уделяется различным аспектам профессиональной деятельности медицинских работни-

ков, что связано с влиянием напряженного характера труда на здоровье. При этом основной акцент делается на изучении и нейтрализации факторов риска. Вместе с тем, согласно складывающимся научным представлениям, в стрессогенных условиях имеются возможности для личностного роста, мобилизации всех систем организма и психологических ресурсов здоровья. Поэтому все больше вектор направленности исследований смещается с факторов риска к резервам и ресурсам личности [Гундаров, Полесский, 2016].

Л. М. Митина отмечает, что психологическое знание в области ресурсов и рисков находится в начальной стадии исследовательской разработки: «...эти конструкты пока еще не определены в качестве целостных психологических явлений» [Митина, 2018, с. 34]. Она считает, что исследования, раскрывающие их влияние на профессиональное развитие, имеют особенное значение, потому что «умение осознавать свои скрытые возможности и управлять ими является одним из базовых умений, обеспечивающих личности жизнестойкость, развитие и совершенствование» [Там же].

Цель настоящего исследования – раскрыть вклад психологических ресурсов здоровья в обеспечение профессионального развития медицинских работников.

Методология исследования

Л. А. Головей определяет профессиональное развитие как процесс «изменения психических функций и свойств человека, которые возникают при взаимодействии с профессией, в процессе профессионального обучения и профессиональной деятельности» [Профессиональное развитие личности ... , 2015, с. 7]. Изучение этого процесса важно вести с учетом «развивающегося человека в условиях сложной изменяющейся среды, в том числе профессиональной» [Там же, с. 8].

Как отмечается исследователями, процесс профессионального развития сопровождается субъективными и объективными трудностями, межличностными и внутриличностными конфликтами и может провоцировать кризисы развития и профессиональные деструкции личности специалистов [Там же].

Согласно мнению авторитетных ученых (В. А. Бодров, 2001; Ю. П. Поваренков, 2002; Л. М. Митина, 2003), в основе профессионального развития личности находится процесс разрешения внутренних противоречий. Так, противоречия, возникающие между целями, задачами и наличными для их достижения средствами, а также между стремлениями, интересами человека и его возможностями, разрешаются в деятельности и служат движущими силами развития индивидуальности и профессионализма [Дружилов, 2012].

В результате продуктивного разрешения кризисов человек переходит на новый уровень профессионального развития; неконструктивное разрешение кризисов приводит к дезадаптации, профессиональной стагнации, конфликтам (А. К. Маркова, 1996; С. П. Безносков, 1997; Э. Ф. Зеер, 2003 и др.).

Главными противоречиями в трудовой деятельности медработников реанимационного профиля, по нашему мнению, являются высокий уровень

стрессогенности условий труда и повышенные риски профессиональных деформаций (выгорания) специалистов, с одной стороны, и наличие жестких требований к обеспечению ее надежности (уровень ответственности за результаты труда – жизнь и здоровье пациентов) – с другой. Это обстоятельство актуализирует задачу поддержания уровня здоровья и активного долголетия медработников. Решение этой задачи лежит в комплексном обеспечении профессионального развития личности специалистов, осуществляемом представителями разных научных дисциплин.

Эффективным путем разрешения внутренних противоречий трудовой деятельности, а значит, и обеспечения профессионального развития медработников реанимационного профиля может стать актуализация потенциала их индивидуального здоровья и, в частности, его психологических ресурсов.

Плодотворные решения проблемы поддержания здоровья медицинских работников в напряженных условиях профессиональной деятельности следует искать посредством синтеза отечественных исследований, среди которых наиболее перспективными считаем концепцию профессионального развития личности учителя (Л. М. Митина) и субъектно-ресурсную концепцию (Н. Е. Водопьянова).

В современных условиях непрерывность профессионального развития становится нормой жизни. Применение традиционных адаптационных моделей приводит «к возникновению упрощенного восприятия реальности, когда собственно развитие прекращается и на передний план выступают стратегии обеспечения стабильности и безопасности в трудовой деятельности» [Петрова, 2019, с. 56]. В связи с этим достаточно релевантным является подход, разрабатываемый Л. М. Митиной. В концепции *профессионального развития личности* она выделяет две альтернативные модели трудовой деятельности: модель адаптивного функционирования и модель профессионального развития личности.

Под психологической профессиональной адаптацией понимается процесс и результат установления динамического равновесия в системе «человек – профессиональная среда». Однако стабилизация всех сторон профессиональной жизни может привести к профессиональной стагнации, т. е. к застою, остановке в развитии личности, что сопровождается ухудшением психического и физического здоровья [Дружилов, 2012].

Поэтому закономерным воспринимается представление Л. М. Митиной о модели *адаптивного функционирования* как «неконструктивной»: адаптация к стрессовой ситуации «далеко не всегда ведет к личностному развитию человека... и влечет за собой неспособность воспроизводить себя на более высоком уровне сложности» [Митина, 2018].

Предупреждение (или преодоление) сравнительно быстро наступающей профессиональной стагнации обеспечивает альтернативная модель – *модель профессионального развития*, где фактором развития специалиста является внутренняя среда личности, потребность в самореализации, определяемая смысловым и регуляторными уровнями рефлексивно-ресурсной детерминации [Там же].

Модель профессионального развития характеризует конструктивный путь человека в профессии, путь созидания, укрепления психического здоровья и психологического благополучия. Человек может управлять ситуацией, осознавать свои потенциальные возможности, создавать свое будущее и настоящее, что способствует развитию внутренней свободы, ответственности за свой выбор и свои действия, стимулирует поиск новых и нестандартных выходов из кризисной ситуации [Там же].

В контексте нашего исследования следует особо подчеркнуть, что основным дифференцирующим моментом продуктивного и неблагоприятного вариантов профессионального развития личности, согласно Л. М. Митиной, следует считать характер *детерминации активности* специалиста: является ли она внешней или внутренней (самодетерминация).

Проблеме реализации ресурсного подхода посвящена *субъектно-ресурсная концепция* Н. Е. Водопьяновой. Данная концепция базируется на представлениях «о развитии ресурсов личности как субъекта деятельности в процессе жизненного и профессионального пути» [Водопьянова, 2014, с. 154]. Концепция опирается на понятие ресурсов как механизмов психологической регуляции (В. А. Бодров, Л. Г. Дикая, В. И. Моросанова и др.).

Перспективность ресурсного подхода, как подчеркивает Н. Е. Водопьянова, основывается на том, что «благодаря субъектной активности на различных уровнях психологической регуляции ресурсы могут актуализироваться, накапливаться, распределяться, расходоваться, реконструироваться и восстанавливаться... в соответствии с жизненными вызовами, требованиями деятельности и ситуационных условий» [Там же]. Внутренними условиями инициации ресурсов здоровья выступает активность субъекта, проявляющаяся в рефлексии, целеполагании, произвольности, самодетерминации, вовлеченности, ответственности, позитивном мышлении и других качествах человека как субъекта собственной жизни [Применение ресурсного подхода ... , 2019].

В субъектно-ресурсной концепции определяются *психологические ресурсы здоровья* субъекта труда: «...психические средства, использование которых обеспечивает положительные эффекты в конкретной деятельности человека, продуктивную самореализацию, душевное благополучие и профессиональное здоровье» [Там же, с. 139].

В исследованиях последних лет выделяется широкий круг психологических ресурсов здоровья, поэтому среди имеющегося разнообразия важно определить такие, вклад которых в поддержание здоровья специалиста является наиболее существенным.

Для решения этой задачи следует взять за основу один из главных процессуальных показателей профессионального развития личности – *сформированность субъекта профессиональной деятельности* [Бодалев, 1998].

Анализ современных подходов позволил Д. А. Леонтьеву выделить «отчетливую тенденцию усиливающейся связи проблемы субъектности с исследованиями процессов саморегуляции и самодетерминации личности» [Леонтьев, 2010, с. 153].

Самодетерминация выступает как механизм развития субъектности, позволяющий сознательно регулировать собственную жизнь в разнообразии социальных, культурных и межличностных отношений [Леонтьев, 2000]. Как характеристика субъектного опыта, самодетерминация определяет ведущую роль внутренних психологических оснований деятельности и актуализирует профессиональное развитие личности специалиста.

Ввиду важности феномена самодетерминации представляется целесообразным для практического изучения выделить его конкретные составляющие (психологические ресурсы).

В качестве одного из значимых компонентов самодетерминации личности исследователями рассматривается проактивность, которую считают основой самодетерминированного поведения [Ерзин, 2014]. Необходимость обращения к понятию «проактивность» связана еще и с тем, что проактивность «как качество личности и как стиль поведения играет немаловажную роль в сохранении и укреплении здоровья, в эффективном преодолении трудных жизненных ситуаций» [Там же].

В современных исследованиях проактивное поведение понимается в первую очередь как целевое управление: «...проактивное совладающее поведение является целеориентированным, и значимые цели субъективно расположены в достаточно отдаленном будущем, имея отношение к личностному росту, профессиональному самосовершенствованию...» [Старченкова, 2009а, с. 200]. Именно «в ориентации на процесс целеполагания» видят исследователи главное отличие проактивного копинга от реактивного, который направлен на управление риском [Ерзин, 2016, с. 51].

Отсутствие четких целей в жизни, которые придавали бы ей осмысленность, направленность и временную перспективу, во многом затрудняет самодетерминацию, что становится фактором риска (смыслоутраты, отчуждения) и влечет за собой подверженность психическим и соматическим заболеваниям, повышает риски аддикций и депрессивных состояний [Осин, 2007].

Таким образом, в качестве одного из ключевых психологических ресурсов, который способствует самодетерминации и обеспечивает здоровье личности, можем выделить *проактивность* (проактивное поведение).

Для определения других наиболее значимых психологических ресурсов здоровья обратимся к трудам представителей экзистенциального подхода.

Д. А. Леонтьев, проведя анализ работ о феномене самодетерминации, пришел к выводу о том, что она воплощается «в интеграции свободы как формы активности и ответственности как высшей формы саморегуляции на основе рефлексивного сознания, опосредованного ценностно-смысловой сферой личности» [Личностный потенциал: структура ... , 2011, с. 219]. Психолог считает, что «в своих развитых, зрелых формах и свобода, и ответственность представляют собой ипостаси субъектной причинности – контролируемой способности выступать инициатором, началом, причиной какой-либо активности» [Леонтьев, 2010, с. 147].

Согласно концепции В. Франкла, человек «... свободен благодаря тому, что его поведение определяется прежде всего ценностями и смыслами. Сво-

бода вытекает из фундаментальных антропологических способностей человека к самодистанцированию и самотрансценденции» [Франкл, 1990, с. 29].

Значимость понятия трансцендентности (от лат. *transcendens* – выходящий за пределы) подчеркивает В. Франкл: «Способность к самотрансценденции – фундаментальная онтологическая характеристика человека – выражается в постоянном выходе человека за пределы самого себя, в направленности его на что-то, существующее вне его. Это (а также способность к самодистанцированию) позволяет человеку быть самодетерминирующим существом» [Там же, с. 17].

Н. В. Гришина полагает, что «...характеристики субъектности – в отношениях человека с собственной жизнью – в значительной мере... могут быть описаны понятием самотрансцендентности» [Гришина, 2011, с. 61]. Преимущество данного концепта она видит в том, что «именно ценности самотрансценденции являются мощным основанием жизненных смыслов» [Там же], и приводит позицию В. Франкла: «Поиск человеком смысла своего существования не только не означает наличия у него каких-то психологических проблем, но, напротив, свидетельствует в пользу подлинности бытия» [Там же, с. 59].

Таким образом, психологическими механизмами реализации свободы и ответственности, а значит, и самодетерминации личности выступают фундаментальные антропологические способности: самотрансценденция и самодистанцирование. Особенное значение данные способности приобретают для человека, находящегося в неблагоприятных условиях существования или в напряженных условиях трудовой деятельности, когда резко возрастают риски утраты ценностей и смыслов собственной жизни. Эти базовые персональные способности человека могут рассматриваться в качестве ключевых психологических ресурсов поддержания здоровья.

Подводя итоги теоретического анализа, можем сделать вывод о том, что профессиональное развитие личности связано со степенью выраженности ее психологических ресурсов здоровья. Именно проактивность и базовые персональные способности (самотрансценденция и самодистанцирование) как основные компоненты самодетерминации и ресурсы здоровья личности характеризуют сформированность субъекта труда. От того, насколько субъект актуализирует свои психологические ресурсы в напряженных условиях трудовой деятельности, будет во многом зависеть не только состояние его здоровья, но и уровень профессионального развития.

Это позволяет говорить о том, что оценка выраженности данных ресурсов у медработников дает возможность получить более полное представление о развитии личности и прогнозировать его дальнейшую направленность в напряженных условиях трудовой деятельности (по модели адаптивного функционирования или модели профессионального развития, согласно Л. М. Митиной).

Как свидетельствует обзор современных работ по психологии профессионального развития [Профессиональное развитие личности ... , 2015], в качестве наиболее значимых показателей развития личности медицинских

работников могут рассматриваться: удовлетворенность трудовой деятельностью, субъективное благополучие и осмысленность жизни.

Целенаправленное развитие психологических ресурсов здоровья может способствовать профессиональному развитию субъекта труда, снижению рисков неблагоприятного воздействия деятельности на его психологическое благополучие и профилактике синдрома выгорания.

По нашему мнению, стремление к активизации собственных ресурсов побуждает личность постоянно задействовать их в трудных ситуациях жизнедеятельности, что позволяет формировать, накапливать и актуализировать их на более высоком уровне, что, в свою очередь, неуклонно повышает вероятность профессионального развития личности в целом.

Для подтверждения этого мнения необходимо проверить предположение о том, что профессиональное развитие личности взаимосвязано со степенью активизации ею психологических ресурсов здоровья: проактивности и базовых персональных способностей (самотранценденции и самодистанцированности).

Организация и методы исследования

Гипотеза исследования: стремление медицинских работников активизировать психологические ресурсы здоровья может способствовать их профессиональному развитию.

Цель эмпирического исследования – выявление взаимосвязи между уровнем выраженности психологических ресурсов здоровья и профессиональным развитием медицинских работников.

Описание выборки: 35 медицинских работников, 23 % – мужчины, 77 % – женщины. По возрасту респонденты распределились следующим образом: 66 % опрошенных – 25–35 лет, 17 % – 36–44 лет, 17 % – 45–60 лет. Стаж работы в медицине: от 1 до 2 лет – 29 %, 3–5 лет – 12 %, 6–10 лет – 34 %, 10–15 лет – 11 %, 16 лет и более – 14 %. По уровню профессиональной подготовки выборка разделилась так: 14 (40 %) опрошенных с высшим образованием, 21 (60 %) имеет среднее медицинское образование.

Методы исследования

1. Опросник проактивного совладающего поведения (Л. Аспинвалл, Е. Грингласс, Р. Шварцер, С. Тауберт, в адаптации Е. С. Старченковой) [Старченкова, 2009б].

2. Шкала экзистенции (А. Ленгле и К. Орглер, в адаптации С. В. Кривцовой) [Кривцова, 2009].

3. Авторская анкета. Анкетирование проводилось с целью изучения ценностно-смысловых ориентаций медработников, их отношения к различным сторонам своей жизни и профессиональной деятельности. Структурно анкета включает несколько блоков вопросов, направленных на установление степени удовлетворенности респондентов своей жизнью в целом, различными сторонами своей повседневной трудовой деятельности, на выявление оценки перспектив для собственного развития в профессии. Следующий блок вопросов ориентирован на определение внутренней картины здоровья

человека: субъективной оценки состояния своего здоровья, достаточности своего энергетического потенциала, особенностей самосохранительного поведения. Особый интерес в контексте нашего исследования представляет блок вопросов, позволяющих получить информацию о субъективно переживаемой осмысленности жизни, выраженности стремления построить свою жизнь в соответствии со своими целями, склонности активировать психологические ресурсы в трудных жизненных ситуациях.

Обработка эмпирических данных проводилась с помощью методов математической статистики и пакета статистических программ Statistica-6.0. Для определения значимых различий между группами использовался непараметрический *U*-критерий Манна – Уитни, для уточнения взаимосвязей между признаками – коэффициент корреляции Спирмена.

Результаты исследования и их обсуждение

Для проверки гипотезы исследования были выделены группы медработников с разным уровнем психологических ресурсов здоровья. На основании результатов кластерного анализа психодиагностических данных определялись респонденты с разными показателями проактивности и экзистенции. В соответствии с эмпирическими показателями были сформированы следующие группы по степени выраженности ресурсов:

1-я группа – 15 респондентов с высоким уровнем (показатели выше средних значений как по проактивности, так и по экзистенции);

2-я группа – в нее вошли 15 респондентов с низким уровнем, у которых показатели оказались ниже средних значений.

Еще одну группу составили респонденты, показатели которых оказались неоднозначными, что не позволило сделать четкого вывода об уровне их ресурсов.

Далее проводился сравнительный анализ данных 1-й и 2-й групп по показателям их профессионального развития, полученным с помощью анкетирования. Сначала сравнивались признаки, отражающие удовлетворенность медработников своей профессиональной деятельностью (табл. 1).

Выявлены значимые различия между группами респондентов по нескольким пунктам анкеты. Медработники 1-й группы (с высоким уровнем выраженности психологических ресурсов здоровья) превосходят своих коллег из 2-й группы по тем пунктам, которые отражают позитивные признаки удовлетворенности своей трудовой деятельностью, а с другой стороны, значительно уступают по показателям негативных признаков. В частности, они более эмоционально вовлечены в свои контакты с окружающими людьми, выше оценивают свои возможности в достижении значимых целей и при этом в меньшей степени ощущают дискомфорт от обязательных моментов своего труда, значительно реже испытывают разочарование в своей работе.

Таблица 1

Сравнение показателей удовлетворенности профессиональной деятельностью

Пункты анкеты	1-я группа		2-я группа		U	P
	M	σ	M	σ		
Когда я оказываю помощь и поддержку, это воодушевляет меня и наполняет энтузиазмом	6,33	0,90	5,07	1,44	50,00	0,01*
Я стараюсь позитивно влиять на настроение своих коллег и пациентов	6,27	0,88	4,53	1,81	37,50	0,00*
Как правило, в большинстве случаев мне удается достигать поставленных перед собой целей	6,20	0,77	4,87	1,36	42,00	0,00*
Выполняя свою работу, я чувствую, будто меня принуждают делать это	1,47	0,83	2,73	1,44	48,50	0,01*
С каждым днем я все больше разочарываюсь в своей работе	2,07	1,62	3,13	1,46	58,00	0,02*

Примечания: * – выделены показатели, по которым выявлены значимые различия.

Такие данные могут свидетельствовать о том, что медработники, которые стремятся активизировать психологические ресурсы здоровья, в целом больше удовлетворены процессом и результатами своей профессиональной деятельности.

Далее проводилось сравнение выделенных групп респондентов по показателям осмысленности жизни (табл. 2).

Таблица 2

Сравнение показателей осмысленности жизни

Пункты анкеты	1-я группа		2-я группа		U	P
	M	σ	M	σ		
Моя жизнь имеет неповторимый, уникальный смысл	6,13	0,99	4,27	1,94	46,50	0,01*
Главная цель в жизни представляет для меня особую важность. Я знаю, куда я иду, или стремлюсь найти свой путь	6,73	0,70	4,67	1,95	34,50	0,00*
Я предпочитаю планировать цели на долгосрочную перспективу	6,47	0,99	4,60	1,92	44,50	0,00*

Примечания: * – выделены показатели, по которым выявлены значимые различия.

Показатели респондентов 1-й группы существенно выше по основным индикаторам осмысленности жизни. Медработники, нацеленные на активизацию психологических ресурсов здоровья, дают более высокую оценку качеству своей жизни, ощущают ее значимый и наполненный характер, что позволяет им реализовывать свои стремления и ставить перед собой долгосрочные цели. В целом можно говорить о том, что направленность на активизацию психологических ресурсов здоровья позволяет медработникам переживать свое существование как более исполненное смыслом и содержанием.

Следующим шагом сравнения групп респондентов стало сопоставление признаков их субъективного благополучия (табл. 3).

Таблица 3

Сравнение признаков субъективного благополучия

Пункты анкеты	1-я группа		2-я группа		U	P
	M	σ	M	σ		
Моя жизнь вдохновляющая, полная переживаний. Я живу с чувством внутреннего согласия	5,67	1,05	4,27	1,75	58,00	0,02*
Я ощущаю удовлетворенность и гармонию даже в состоянии усталости	5,40	1,72	3,27	1,71	42,00	0,00*
Обычно у меня достаточно энергии, чтобы совершенствоваться и развиваться	5,80	1,21	4,13	1,30	42,00	0,00*

Примечания: * – выделены показатели, по которым выявлены значимые различия.

Выявлены значимые различия по признакам субъективного благополучия между группами респондентов. Медицинские работники, стремящиеся задействовать свои психологические ресурсы в профессиональной деятельности, в большей мере испытывают чувство внутренней согласованности и полноты жизни, чаще переживают удовлетворенность ею даже в моменты, связанные с напряженным характером и накопившейся усталостью; они выше оценивают степень своей энергичности, что позволяет им стремиться к самосовершенствованию и саморазвитию.

Таким образом, сравнительный анализ групп медработников с разным уровнем выраженности психологических ресурсов здоровья показал, что те из них, кто чаще стремится активизировать эти ресурсы, выше оценивают осмысленность собственной жизни, субъективное благополучие и удовлетворенность своей профессиональной деятельностью. Поскольку данные показатели характеризуют профессиональное развитие личности, можно говорить о наличии связи между психологическими ресурсами здоровья и профессиональным развитием личности у обследованных медработников.

На следующем этапе исследования с целью уточнения взаимосвязей психологических ресурсов здоровья с индикаторами профессионального развития проводился корреляционный анализ эмпирических данных.

Для изучения отношения респондентов к профессиональному развитию использовались два утверждения анкеты: «Я хочу развиваться в своей профессии и достигать новых вершин», «Я не вижу перспектив для развития в той области, которой я занимаюсь».

Установлены значимые взаимосвязи стремления к профессиональному развитию с показателями «проактивное преодоление» (0,44) и «превентивное преодоление» (0,44); также со всеми показателями Шкалы экзистенции: «самодистанцирование» (0,36), «самотрансценденция» (0,42), «свобода» (0,47), «ответственность» (0,41), «персональность» (0,49), «экзистенция»

(0,45) и «экзистенциальная исполненность» (0,42). Это говорит о том, что медработники, нацеленные на профессиональный рост, демонстрируют более высокие показатели психологических ресурсов здоровья и значительно чаще стремятся задействовать их в своей жизнедеятельности. Можем констатировать тот факт, что ориентация на профессиональное развитие положительно коррелирует со стремлением к активизации медработниками психологических ресурсов собственного здоровья.

Отрицательные корреляции, установленные между утверждением анкеты о негативной оценке перспектив развития в своей профессиональной области и показателями Шкалы экзистенции «самотрансценденция» (-0,38), «персональность» (-0,38) и «экзистенциальная исполненность» (-0,43), свидетельствуют о том, что редкое обращение к базовым персональным способностям замедляет их развитие и потому не благоприятствует профессиональному совершенствованию медицинских работников.

Таким образом, результаты корреляционного анализа позволяют сделать вывод о том, что стремление к совершенствованию и оценка перспектив развития в своей профессиональной области взаимосвязаны с выраженностью показателей психологических ресурсов здоровья медработников.

Выводы

1. Показано, что медработники с разной степенью выраженности психологических ресурсов здоровья различаются по показателям профессионального развития. Медработники, стремящиеся активизировать такие ресурсы, как проактивность и экзистенция, выше оценивают осмысленность собственной жизни, субъективное благополучие и удовлетворенность своей профессиональной деятельностью. Это свидетельствует о наличии связи между психологическими ресурсами здоровья и профессиональным развитием личности у обследованных медработников.

2. Медицинские работники, ориентированные на профессиональный рост, демонстрируют более высокие показатели психологических ресурсов здоровья и стремление задействовать их в своей жизнедеятельности. Нацеленность на профессиональное развитие у медработников положительно коррелирует с выраженностью психологических ресурсов здоровья.

3. Медработники, которые не видят перспектив для развития в своей профессиональной сфере, реже обращаются к базовым персональным способностям и в меньшей степени стремятся активизировать психологические ресурсы здоровья.

Заключение

Профессиональное развитие личности медработника связано со степенью выраженности его психологических ресурсов здоровья: чем более он стремится активизировать собственные ресурсы проактивности и экзистенции, тем выше его удовлетворенность профессиональной деятельностью, переживание осмысленности жизни и субъективного благополучия.

Оценка выраженности данных ресурсов у медработников дает возможность получить более полное представление о развитии личности и прогнозировать его дальнейшую направленность в напряженных условиях трудовой деятельности (по модели адаптивного функционирования или модели профессионального развития, согласно Л. М. Митиной).

Целенаправленное развитие психологических ресурсов может способствовать профессиональному развитию личности, снижению рисков неблагоприятного воздействия трудовой деятельности на ее психологическое благополучие и профилактике нарушений здоровья.

Список литературы

Бодалев А. А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения. М. : Флинта : Наука, 1998. 165 с.

Водопьянова Н. Е. Ресурсное обеспечение противодействия профессиональному выгоранию субъектов труда: на примере специалистов «субъект-субъектных» профессий : дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2014. 554 с.

Гришина Н. В. Экзистенциальная психология: поиск смысла и самотрансценденция // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16, Психология. Педагогика. 2011. № 2. С. 56–64.

Гундаров И. А., Полесский В. А. Профилактическая медицина на рубеже веков: от факторов риска – к резервам здоровья и социальной профилактике. М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. 255 с.

Дружилов С. А. Обобщенный (интегральный) подход к обеспечению становления профессионализма человека // Психологические исследования. 2012. № 1(21). URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2012n1-21/621-druzhilov21.html> (дата обращения: 27.12.2020).

Ерзин А. И. Проблема проактивности в психологии здоровья // Психолог. 2014. № 1. С. 94–124. URL: https://e-notabene.ru/psp/article_11536.html (дата обращения: 27.02.2021).

Ерзин А. И. Личностные факторы проактивности у больных с первым эпизодом шизофрении : дис. ... канд. психол. наук. М., 2016. 177 с. URL: http://psy.msu.ru/science/autoref/erzin/erzin_diss.pdf (дата обращения: 27.02.2021).

Кривцова С. В., Лэнгле А., Орлер К. Шкала экзистенции // Экзистенциальный анализ. Бюллетень. 2009. № 1. С. 141–170.

Леонтьев Д. А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. 2000. Т. 21, № 1. С. 15–25. URL: http://psylib.org.ua/books/_leond01.htm (дата обращения: 27.02.2021).

Леонтьев Д. А. Что дает психологии понятие субъекта: субъектность как измерение личности // Эпистемология и философия науки. 2010. Т. 25, № 3. С. 135–153.

Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. М. : Смысл, 2011. 675 с.

Митина Л. М. Личностно-профессиональное развитие учителя: стратегии, ресурсы, риски. М. ; СПб. : Нестор-История, 2018. 456 с.

Осин Е. Н. Смыслоутрата как переживание отчуждения: структура и диагностика : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2007. 23 с.

Петрова В. Н. Образ будущего как предиктор профессионального развития : дис. ... д-ра психол. наук. Томск, 2019. 350 с. URL: <http://vital.lib.tsu.ru/vital/access/manager/Repository/vtls:000650949> (дата обращения: 27.02.2021).

Применение ресурсного подхода в практике психологического обеспечения профессионального здоровья // Субъект труда и организационная среда: проблемы взаимо-

действия в условиях глобализации : монография / под ред. А. Л. Журавлева, Т. А. Жалагиной, Е. А. Журавлевой, Е. Д. Короткиной. Тверь : Твер. гос. ун-т, 2019. 340 с.

Профессиональное развитие личности: начало пути (эмпирическое исследование) / Л. А. Головей [и др.]. СПб. : Нестор-История, 2015. 336 с.

Старченкова Е. С. Концепция проактивного совладающего поведения // Вестник СПб ун-та. Серия 12, Психология. Социология. Педагогика. 2009а. Ч. 1. С. 198–206.

Старченкова Е. С. Опросник «Проактивное совладающее поведение» // Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. СПб. : Питер, 2009б. С. 277–282

Франкл В. Человек в поисках смысла / общ. ред. Л. Я. Гозмана, Д. А. Леонтьева. М. : Прогресс, 1990. 366 с.

To the Question of Psychological Resources in the Context of Professional Growth of Health Workers

V. V. Semikin

Arctic Research Center, Salekhard, Russian Federation

A. I. Anisimov

Saint-Petersburg State Institute of Psychology and Social Work, Saint-Petersburg, Russian Federation

K. M. Krupina

Saint-Petersburg State Institute of Psychology and Social Work, Saint-Petersburg, Russian Federation

Abstract. Based on the theoretical analysis the authors have come to the conclusion that professional growth of health workers in strenuous conditions when performing work activities is related with the degree of psychological resources of health. Proactiveness and basic personal capabilities (self-transcendence and self-distancing) being primary components of self-determination and key resources of personality health characterize maturity of its agency. The way a subject actualizes personal psychological resources in stress inducing conditions at work has an impact not only on his or her health status, but also the degree of professional growth. The empirical evidence has shown that health workers who scored high on personality resources rank meaningfulness of their life, subjective well-being, and job satisfaction very high. Health works focused on professional growth demonstrated a higher rate of psychological health resources and willingness to incorporate them into their daily living activities. The assessment of the degree of these resources allows getting a complete idea of professional personality growth and prognosticate its further development.

Keywords: psychology of professional growth, psychology of health, psychological resources of health, professional growth of health workers, agency, self-determination, proactivity.

For citation: Semikin V.V., Anisimov A. I., Krupina K.M. To the Question of Psychological Resources in the Context of Professional Growth of Health Workers. *The Bulletin of Irkutsk State University. Series Psychology*, 2021, vol. 36, pp. 65-79. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2021.36.65> (in Russian)

References

Bodalyov A.A. *Vershina v razvitií vzoslogo cheloveka: harakteristiki i usloviya dostizheniya* [The peak in adult development: characteristics and conditions of achievement]. Moscow, Flinta, Nauka Publ., 1998, 165 p. (in Russian)

Vodop'yanova N.E. *Resursnoe obespechenie protivodeistviya professional'nomu vygoraniyu sub"ektov truda: na primere spetsialistov "sub"ekt-sub"ektnykh" professii*. [Resource support for countering professional burnout of labor subjects: on the example of specialists in "subject-subject" professions]. Doct. sci. diss. St. Petersburg, 2014, 554 p. (in Russian)

Grishina N.V. *Ekzistencialnaya psihologiya: poisk smysla i samotranscendenciya* [Existential Psychology: The Search for Meaning and Self-transcendence]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seriya 16, Psikhologiya. Pedagogika* [Bulletin of the Saint Petersburg University. Series 16. Psychology. Pedagogy], 2011, no. 2, pp. 56-64. (in Russian)

Gundarov I.A., Poleskij V.A. *Profilakticheskaya medicina na rubezhe vekov: ot faktorov riska – k rezervam zdorov'ya i socialnoj profilaktike* [Preventive medicine at the turn of the century: from risk factors to health reserves and social prevention]. Moscow, GEOTAR-Media Publ., 2016, 255 p. (in Russian)

Druzhilov S.A. *Obobshchennyj (integralnyj) podhod k obespecheniyu stanovleniya professionalizma cheloveka* [The generalized (integrated) approach to development of professionalism]. *Psikhologicheskie issledovaniya* [Psychological Research], 2012, no. 1(21). Available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2012n1-21/621-druzhilov21.html> (date of access: 27.12.2020). (in Russian)

Erzin A.I. *Problema proaktivnosti v psihologii zdorov'ya* [The problem of proactiveness in the psychology of health]. *Psikholog* [Psychologist], 2014, no. 1, pp. 94-124. Available at: https://e-notabene.ru/psp/article_11536.html (date of access: 27.02.2021). (in Russian)

Erzin A.I. *Lichnostnye faktory proaktivnosti u bol'nyh s pervym epizodom shizofrenii* [Personal factors of proactiveness in patients with the first episode of schizophrenia]. Cand. sci. diss. Moscow, 2016, 177 p. Available at: http://psy.msu.ru/science/autoref/erzin/erzin_diss.pdf (date of access: 27.02.2021). (in Russian)

Krivicova S.V., Lengle A., Orgler K. *SHkala ekzistencii* [The scale of existence]. *Ekzistentsialnyi analiz. Byulleten* [Existential analysis. Bulletin], 2009, no. 1, pp. 141-170. (in Russian)

Leont'ev D.A. *Psihologiya svobody: k postanovke problemy samodeterminacii lichnosti* [Psychology of freedom: towards the problem of self-determination of the Individual]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 2000, vol. 21, no. 1. pp. 15-25. Available at: http://psylib.org.ua/books/_leond01.htm (date of access: 27.02.2021). (in Russian)

Leont'ev D.A. *CHto daet psihologii ponyatie sub"ekta: sub"ektnost' kak izmerenie lichnosti* [What gives psychology the concept of the subject: subjectivity as a dimension of personality]. *Epistemologiya i filosofiya nauki* [Epistemology and philosophy of science], 2010, vol. 25, no. 3, pp. 135-153. (in Russian)

Leont'ev D.A. (ed.) *Lichnostnyj potencial: struktura i diagnostika* [Personal potential: structure and diagnosis]. Moscow, Smysl Publ., 2011, 675 p. (in Russian)

Mitina L.M. *Lichnostno-professional'noe razvitie uchitelya: strategii, resursy, riski* [Personal and professional development of teachers: strategies, resources, risks]. Moscow, St. Petersburg, Nestor-History Publ., 2018, 456 p. (in Russian)

Osin E.N. *Smysloutrata kak perezhivanie otchuzhdeniya: struktura i diagnostika* [Loss of meaning as an experience of alienation: structure and diagnosis]. Cand. sci. diss. abstr. Moscow, 2007, 23 p. (in Russian)

Petrova V.N. *Obraz budushchego kak prediktor professional'nogo razvitiya* [The image of the future as a predictor of professional development]. Doct. sci. diss. Tomsk, 2019, 32 p. Available at: <http://vital.lib.tsu.ru/vital/access/manager/Repository/vtls:000650949> (date of access: 27.02.2021). (in Russian)

Zhuravleva A.L., Zhalagina T.A., Zhuravleva E.A. *Primenenie resursnogo podhoda v praktike psikhologicheskogo obespecheniya professional'nogo zdorov'ya* [Application of the resource approach in the practice of psychological support of professional health]. *Sub"ekt truda i organizacionnaya sreda: problemy vzaimodejstviya v usloviyah globalizacii* [The subject of labor and the organizational environment: problems of interaction in the context of

globalization]. Korotkina E.D. (ed.). Tver', Tverskoi gosudarstvennyi universitet Publ., 2019, pp. 124-139. (in Russian)

Golovej L.A. et al. *Professionalnoe razvitiye lichnosti: nachalo puti (empiricheskoe issledovanie)* [Professional personal development: the beginning of the path (an empirical study)]. St. Petersburg, Nestor-History Publ., 2015, 336 p. (in Russian)

Starchenkova E.S. *Koncepciya proaktivnogo sovladayushchego povedeniya* [The concept of proactive coping behavior]. *Vestnik Svnkt-Peterbergskogo universiteta. Seriya. 12: Psikhologiya. Sotsiologiya. Pedagogika*. [Vestnik of Saint-Petersburg University. Series 12, Psychology. Sociology. Pedagogy], 2009, part 1, pp. 198-206. (in Russian)

Starchenkova E.S. *Oprosnik "Proaktivnoe sovladayushchee povedenie"* [Questionnaire "Proactive coping behavior"]. *Vodop'yanova N.E. Psikhodiagnostika stressa* [Psychodiagnosics of stress]. St. Petersburg, Piter Publ., 2009, pp. 277-282. (in Russian)

Frankl V., Gozman L.YA., Leont'ev D.A. (eds.) *Chelovek v poiskah smysla* [Man in search of meaning]. Moscow, Progress Publ., 1990, 366 p. (in Russian)

Семикин Виктор Васильевич

*доктор психологических наук, профессор
заведующий, сектор социальных и
психологических исследований
Научный центр изучения Арктики
Россия, 629008, г. Салехард,
ул. Республики, 20
e-mail: semikin_v@mail.ru*

Semikin Viktor Vasilyevich

*Doctor of Sciences (Psychology), Professor,
Head, Sector for Social and
Psychological Research,
Arctic Research Center
20, Respublika st., Salekhard,
629008, Russian Federation
e-mail: semikin_v@mail.ru*

Анисимов Алексей Игоревич

*кандидат психологических наук, доцент
кафедра консультативной психологии
и психологии здоровья
Санкт-Петербургский государственный
институт психологии и социальной
работы
Россия, 199178, Санкт-Петербург,
12 линия Васильевского острова, 13А
e-mail: aai101@mail.ru*

Anisimov Aleksey Igorevich

*Candidate of Sciences (Psychology),
Associate Professor at the Department of
Counseling Psychology and Health
Psychology
Saint-Petersburg State Institute
of Psychology and Social Work
13A, 12 Liniya Vasil'evskogo Ostrova st.,
Saint Petersburg, 199178,
Russian Federation
e-mail: aai101@mail.ru*

Крупина Кристина Михайловна

*психолог, бакалавр
Санкт-Петербургский государственный
институт психологии и социальной
работы
Россия, 199178, Санкт-Петербург,
12 линия Васильевского острова, 13А
e-mail: arbuzova.kristina.m@mail.ru*

Krupina Kristina Mikhailovna

*Psychologist, Bachelor's Degree
Saint-Petersburg State Institute
of Psychology and Social Work
13A, 12 Liniya Vasil'evskogo Ostrova st.,
Saint Petersburg, 199178, Russian
Federation
e-mail: arbuzova.kristina.m@mail.ru*