



**ПСИХОЛОГИЯ СОСТОЯНИЙ ЧЕЛОВЕКА**  
АКТУАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

МАТЕРИАЛЫ ТРЕТЬЕЙ МЕЖДУНАРОДНОЙ  
НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

Казань, 8–10 ноября 2018 г.

ПСИХОЛОГИЯ СОСТОЯНИЙ ЧЕЛОВЕКА  
АКТУАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

МАТЕРИАЛЫ ТРЕТЬЕЙ МЕЖДУНАРОДНОЙ  
НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ



КАЗАНСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
РОССИЙСКИЙ ФОНД ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ  
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ ОБРАЗОВАНИЯ  
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. М.В. ЛОМОНОСОВА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

# ПСИХОЛОГИЯ СОСТОЯНИЙ ЧЕЛОВЕКА

АКТУАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Материалы Третьей Международной  
научной конференции

Казань, 8–10 ноября 2018 г.



КАЗАНЬ  
2018

**УДК 159.9**  
**ББК 88.3**  
**П86**

*Печатается по рекомендации Ученого совета  
Института психологии и образования  
Казанского (Приволжского) федерального университета*

**Организационный комитет:** проф. **А.М. Калимуллин** (Казанский федеральный университет) – председатель; доц. **М.Г. Юсупов** (Казанский федеральный университет) – зам. председателя; проф. **Л.М. Попов** (Казанский федеральный университет); проф. **Л.Ф. Баянова** (Казанский федеральный университет); проф. **В.Д. Менделевич** (Казанский медицинский университет); доц. **А.И. Ахметзянова** (Казанский федеральный университет); доц. **М.Е. Валиуллина** (Казанский федеральный университет); доц. **А.В. Чернов** (Казанский федеральный университет); ст. преподаватель **Л.В. Артищева** (Казанский федеральный университет); канд. психол. наук **И.Х. Мирзиев** (Казанский федеральный университет); асс. **А.В. Мельников** (Казанский федеральный университет).

**Программный комитет:** проф. **А.О. Прохоров** (Казанский федеральный университет) – председатель; проф. **Б.С. Алишев** (Казанский федеральный университет) – зам. председателя; член-корр. РАО **В.И. Панов** (Психологический институт РАО); проф. **В.В. Знаков** (Институт психологии РАН); проф. **А. Квятковска** (Институт психологии Польской академии наук); проф. **Л.И. Кобылянская** (Славянский университет, Молдова); проф. **Л.В. Куликов** (Санкт-Петербургский университет); проф. **Т.Л. Крякова** (Костромской государственный университет); проф. **А.Б. Леонова** (Московский государственный университет); проф. **А.П. Лобанов** (Белорусский, педагогический университет, Белоруссия); проф. **А.А. Обознов** (Институт психологии РАН); проф. **В.В. Плохих** (Южноукраинский педагогический университет, Украина), проф. **Н.Е. Харламенкова** (Институт психологии РАН); **Б.А. Ясько** (Кубанский государственный университет).

**П68 Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы.** Материалы Третьей Международной научной конференции. Казань, 8–10 ноября 2018 г. / отв. ред.: Б.С. Алишев, А.О. Прохоров, А.В. Чернов. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2018. – 628 с.

**ISBN 978-5-00130-069-4**

Материалы Третьей Международной научно-практической конференции «Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы» охватывают широкий спектр теоретических и научно-практических исследований в области психических состояний и в некоторых смежных областях.

Конференция поддержана грантом РФФИ 18-013-20044 «Третья Международная научная конференция «Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы».

**УДК 159.9**  
**ББК 88.3**

**ISBN 978-5-00130-069-4**

© Издательство Казанского университета, 2018

## Литература

Горская Г.Б. Макровременные регуляторы психических нагрузок высококвалифицированных спортсменов. // Теория и практика физической культуры. 1994. № 11. С.8-11.

Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. М.: Изд-во «Наука». 1983.

Обознов А.А., Полунина О.В. Увлеченность работой и профессиональное выгорание: эмпирические типы взаимосвязей // Стресс, выгорание, совладание в современном контексте. М.: 2011. С.442-453.

Enoksen E. Drop-out rate and drop-out reasons among promising Norwegian track and field athletes: a 25 years study. // Scandinavian sport study forum. 2011. Vol.2. P.19-43.

Essex B., Scott L.B. Chronic stress and association coping strategies among volunteer EMS personell // Prehospital emergency care. 2008. Vol.12. P.69-75.

Nixdorf I., Frank R., Beckmann J. An explorative study of stressors and its connection to depression and chronic stress among German elite athletes //Advances in physical education. 2015. Vol.5. P.255-262. URL: <http://dx.doi.org/10.42361/apa.2015.54030> (14.07.2018).

## PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF RESISTANCE TO CHRONIC STRESS: INVOLVEMENT DYNAMICS

Gorskaya G.B.

Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar

**Abstract.** Presented investigations are devoted to resources of maintaining athletes' mental toughness to chronic stress evoked by athletes' participation long term competition season that is regarded as long term regulator of athletes' psychological loads. Restructuring of mental toughness resources from one stage of competition season to another is described. Stable and variable regulators of athletes' mental toughness to long-term psychological loads are described.

*Key words:* mental toughness, long-term regulators, chronic stress, integration and disintegration of resources, hardiness, type of nervous system

## ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ РАБОТНИЦ КОНВЕЙРНОГО ПРОИЗВОДСТВА

Гребень Н.Ф.

РНПЦ психического здоровья, Минск, Белоруссия

strekos@tut.by

**Аннотация.** В статье актуализируется проблема психического состояния работниц конвейрного производства. Предполагалось, что психическое состояние женщин будет взаимосвязано с возрастом и стажем работы. По результатам эмпирического исследования было установлено, что для работниц монотонного труда характерно несколько сниженное настроение, умеренно выраженный уровень агрессивности, низкий уровень астении и нервно-психического напряжения. Порядка 10 % работниц пребывают в пограничном состоянии. Связей между особенностями психического состояния и возрастом, а также стажем работы обнаружено не было.

*Ключевые слова:* психическое состояние, настроение, астения, агрессивность, нервно-психическое напряжение, монотонный труд

Проблема психических состояний чрезвычайно важна для понимания поведения человека, его прогнозирования и управления им. Разные психические состояния обеспечивают и разный уровень продуктивности человеческой деятельности. Поэтому в советской психологии особое внимание было уделено изучению психических состояний в рамках инженерной психологии и психологии труда, где акцент делался на изучение взаимосвязей работоспособности, продуктивности деятельности с психическими состояниями в зависимости от характера профессиональной деятельности. Однако в настоящее время инте-

рес к этой проблеме несколько снизился. Между тем столь актуальная сейчас проблема психологического благополучия не может быть полноценно раскрыта без понимания особенностей психического состояния человека, включенного в ту или иную трудовую деятельность. Да и на уровне производства не решенными остаются проблемы некачественного выполнения трудовых обязанностей, брака, травматизма, невыхода на работу по состоянию здоровья.

Проблемой психических состояний занимались многие советские психологи. Так, благодаря исследованиям Н.Д. Левитова, Л.Г. Дикой, А.Б. Леонова, Ю.Е. Сосновицкой и др. был установлен ряд важнейших закономерностей и механизмов, касающихся феноменологии, структуры, функций, динамики психических состояний и пр.

В данной работе под психическим состоянием человека, вслед за Ю.Е. Сосновицкой будем понимать относительно устойчивую структурную организацию компонентов психики, выполняющих функцию активного взаимодействия человека с внешней средой, представленной в данный момент конкретной ситуацией (Сосновицкая, 1975).

Целью нашего исследования было изучение особенностей психического состояния работниц конвейерного производства в связи с их возрастом и стажем профессиональной деятельности.

Исследование проводилось анонимно среди работниц монотонного труда СОАО «Коммунарка» г. Минска. Всего в исследовании приняло участие 50 женщин в возрасте от 23 до 53 лет и стажем профессиональной деятельности на должности укладчика-упаковщика от 4 до 29 лет. Средний возраст по выборке на момент исследования составлял  $37,6 \pm 6,58$  лет, а средний стаж профессиональной деятельности в должности укладчика-упаковщика  $12,32 \pm 5,54$  года. Основное содержание работы на данной должности состоит в подсчете готовой продукции (шоколадных плиток), укладывании ее в короба, заклеивании короба и наклеивании маркировки. Поскольку этот вид деятельности носит однообразный характер и предполагает частое повторение стереотипных действий в однообразной среде (Леонова, 1984), то его можно рассматривать как монотонную работу.

Диагностика психического состояния работниц конвейерного производства фабрики осуществлялась во время обеденного перерыва, что соответствует середине рабочей смены. В исследовании были задействованы следующие методики: «Шкала сниженного настроения – субдепрессии» (ШСНС), «Шкала астенического состояния (ШАС)», «Опросник нервно-психического напряжения (НПН)», «Опросник агрессивности А. Ассингера».

Анализ результатов исследования осуществлялся с помощью статистического пакета SSPS-16 for Windows (описательные статистики, частотный анализ, критерий Колмогорова-Смирнова, корреляционный анализ).

В результате проведенного исследования были выявлены следующие характеристики актуального психического состояния у работниц конвейерного производства.

По методике «ШСНС» среднее значение со стандартным отклонением по выборке составило  $47,6 \pm 8,21$  балл, что незначительно выше обозначенного в методике верхнего предела среднего уровня. Согласно исследованиям Т.И. Балашовой, на российской выборке, диапазон средних значений индекса снижения настроения среди здоровых респондентов составил  $40,25 \pm 5,99$  баллов. В данной выборке этот показатель отличается как своей большей вариативностью, так и сдвигом в сторону более высоких значений. Причины тому могут быть различными: либо установленные автором методики границы средних значений на сегодняшний день уже несколько устарели; либо белорусы в силу своих личностных особенностей, действительно, больше склонны к пониженному настроению, чем россияне; либо это может быть и особенностью работников монотонного труда.

Установлено, что у 66 % работниц наблюдается позитивный фон настроения, что во многом обеспечивает не только хорошее самочувствие, но и работоспособность, позволяющую успешно справляться с функциональными задачами. У 24 % опрошенных выявлено снижение настроения, что может быть обусловлено как ситуативным фактором, так и иметь невротическую природу, и будет

отражаться на его работоспособности. Однако за счет компенсации от других систем организма необходимый уровень работоспособности до определенных пор будет поддерживаться. И у 10 % было зафиксировано значительное снижение настроения, которое можно рассматривать как субдепрессивное состояние, а возможно и как маскированную депрессию. Выполнение своих трудовых обязанностей потребует у таких работников больших усилий, что будет приводить к утомлению и накоплению чувства усталости. Глубокое снижение настроения не было выявлено ни у одного опрошенного нами работника монотонного труда.

Описательные статистики по методике «ШАС», где среднее значение со стандартным отклонением составили  $53,82 \pm 13,54$  балла, соответствует уровню слабой астении, при которой наблюдается незначительное истощение нервной системы и психики. Однако апробация данной методики на здоровых испытуемых показала, что средняя величина индекса астении равна  $37,22 \pm 6,47$  балла. Следовательно, полученное нами среднее значение явно выше полученного авторами методики и указывает на то, что состояние астении больше выражено у работниц монотонного труда, чем у здоровых испытуемых, набранных случайным образом. В тоже время на полученный нами результат могло несколько повлиять то, что тестирование проводилось в середине рабочего времени, и работницы могли испытывать определенную усталость в силу затраченных сил на проделанную работу.

У 44 % работниц выявлено отсутствие астении, что позволяет им чувствовать себя бодрыми и отдохнувшими, способными переносить достаточно длительные умственные и физические нагрузки. У 48 % опрошенных диагностирована слабая астения, признаками которой являются усталость, слабость, раздражительность, апатичность. В таком состоянии выполнение трудовых обязанностей требует приложения больших усилий, чем в норме. И у 8 % женщин была выявлена умеренная астения, при которой помимо признаков, характерных для слабой астении, наблюдаются и жалобы на соматическое неблагополучие и нарушения на уровне когнитивной сферы. При таком психическом состоянии выполнение физических нагрузок и трудовых обязанностей затруднено. Риск развития более серьезных нарушений как физического, так и психического здоровья у таких работниц весьма высокий. Также возможно и удушение общей эффективности труда, что может проявляться в снижении его продуктивности, качества и увеличении производимого брака. Женщины с состоянием выраженной астении в выборке отсутствуют.

Исследование актуального нервно-психического напряжения у укладчиц-упаковщиц с помощью методики «НПН» показало, что выявленные среднее значение со стандартным отклонением равные  $43,7 \pm 8,77$  соответствует слабому уровню нервно-психического напряжения. Это обеспечивает успешную адаптацию к окружающей действительности и возможность полноценно выполнять трудовые обязанности.

При этом у 70 % опрошенных работниц монотонного труда было зафиксировано слабое нервно-психическое напряжение. С одной стороны, это показатель следует рассматривать как положительный, т. к. при таком состоянии психика работника не мобилизует все свои резервы для трудовой деятельности и организм функционирует с установкой на сохранение энергии, работая как бы вхолостую. Однако при слабом напряжении, как утверждает автор методики, будет невысокой и производительность труда. Работник с такими показателями нервно-психического напряжения относится к труду как некоей обязанности, которую необходимо выполнить, не будучи при этом мотивированным на высокие результаты своей профессиональной деятельности. У оставшихся 30 % работников монотонного труда было обнаружено умеренное нервно-психическое напряжение, которое усиливает процессы возбуждения в нервной системе, вызывает активизацию внимания, мобилизацию имеющихся энергоресурсов. При таком напряжении человек получает удовлетворение от физического труда и работа у него спорится. Чрезмерный уровень нервно-психического напряжения не был зафиксирован ни у одного респондента.

Выявленный у укладчиц-упаковщиц уровень агрессивности с помощью методики «Опросник агрессивности А. Ассингера» соответствует зоне средних значений (среднее значение и стандартное отклонение равны  $37,96 \pm 2,45$ ). Согласно частотному анализу 4 % работниц обладают высоким уровнем

нем агрессивности, они бывают неуравновешенными и даже жестокими по отношению к другим. 78 % опрошенных женщин – умеренно агрессивны, что обеспечивает хорошую адаптивность к окружающему миру. И 18 % работниц наблюдается низкий уровень агрессивности, свидетельствующий об установке на бесконфликтное взаимодействие, неуверенностью в себе.

Корреляционный анализ показал, что ни одной статистически значимой взаимосвязи между возрастом, стажем работы на конвейерном производстве и такими особенностями психического состояния как сниженное настроение, астения, нервно-психическое напряжение, агрессивность у работниц монотонного труда выявлено не было. Следовательно, обозначенные особенности психического состояния укладчиц-упаковщиц, не детерминированы их возрастом и длительностью работы в данной отрасли, в отличие от профессий типа «человек-человек», где данная связь прослеживается.

Чтобы получить более целостное представление об актуальном психическом состоянии работниц, дополнительно было исследовано как взаимосвязаны между собой сниженное настроение, астения, нервно-психическое напряжение и агрессивность. Согласно проведенному корреляционному анализу было выявлено ряд значимых взаимосвязей между: сниженным настроением и астенией ( $r=0,799$ ,  $p<0,001$ ), сниженным настроением и нервно-психическим напряжением ( $r=0,701$ ,  $p<0,001$ ), ( $r=0,888$ ,  $p<0,001$ ). Прежде всего, следует отметить, что зафиксированные взаимосвязи поднимают вопрос о «родственности» изучаемых нами явлений, либо о качестве используемого инструментария. Также они свидетельствуют о том, что у работниц монотонного труда усиление субдепрессивной симптоматики, способствует росту астенизации и нервно-психического напряжения. Рост астенической симптоматики будет активизировать и рост нервно-психического напряжения. В тоже время агрессивность оказалась не взаимосвязанной ни с сниженным настроением, ни с астенией, ни с нервно-психическим напряжением, что также весьма любопытно.

Таким образом, исходя из полученных результатов, можно сделать вывод, что в целом у работниц монотонного труда было выявлено несколько сниженное настроение, слабая астения и слабое нервно-психическое напряжение, средний уровень агрессивности. Обнаруженное актуальное психическое состояние работниц фабрики, задействованных в монотонном производстве, следует признать нормативным, но оно не является оптимальным для обеспечения высокой производительности труда. Большинство укладчиц-упаковщиц трудятся без мобилизации резервов организма, с установкой на экономию сил, что не позволяет обеспечивать высокую производительность труда и получать от него удовольствие. Более того, у порядка 10% опрошенных работниц, наблюдается пограничное, предболезненное состояние и они нуждаются в помощи, даже если они сами того не осознают. При этом актуальное психическое состояние работниц не детерминировано их возрастом и стажем работы в данной отрасли.

### Литература

Леонова А. Б. Психодиагностика функциональных состояний человека. М.: Изд-во Моск. ун-та. 1984.

Сосновикова Ю.Е. Психические состояния человека, их классификация и диагностика. Горький: Изд-во Горьк. пед. ин-та, 1975.

## PECULIARITIES OF MENTAL STATUS OF WORKERS IN CONVEYOR PRODUCTION

Hreben N.F.

State Institution "Mental Health Center", Minsk

**Abstract.** The article actualizes the problem of the mental state of female workers in conveyor production. It was assumed that the mental state of women interrelates with the age and the length of service. According to the results of empirical study, it is found that the workers of monotonous labor are characterized by a somewhat reduced mood, a moderately pronounced level of aggression, a low level of asthenia and stress. About 10% of workers are in the borderline state. The relationship between the peculiarities of mental state and the age, as well as the length of service, is not found.

*Key words:* mental state, mood, asthenia, aggressiveness, stress, monotonous work