

PSYCHOLOGICAL SCIENCES**PERSONAL PREDICTORS OF HARDNESS OF TOP MANAGERS****Vodopianova N.E.***St. Petersburg State University, Russia, Professor***Zinovieva D.M.***Volgograd Institute of Management RASHiGS, Russia, Associate Professor***Nesterova L.L.***St. Petersburg State University, Russia, Graduate student***Petrosyan L.A.***State Academy of Management of the Republic of Armenia, Armenia Associate Professor***Stolyarchuk E.A.***St. Petersburg State University, Russia, Senior Lecturer***ЛИЧНОСТНЫЕ ПРЕДИКТОРЫ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ТОП - МЕНЕДЖЕРОВ ¹⁰****Водопьянова Н.Е.***Санкт-Петербургский государственный университет, Россия**профессор***Зиновьева Д. М.***Волгоградского института управления РАНХиГС, Россия, доцент***Нестерова Л. Л.***Санкт-Петербургский государственный университет, Россия, аспирант***Петросян Л.А.***Государственная академия управления Республики Армения, Армения доцент***Столярчук Е.А.***Санкт-Петербургский государственный университет, Россия,**старший преподаватель***ABSTRACT**

The article presents the results of the study of hardness and coping strategies of top managers with different life position. The main hypothesis suggests that the «resource» coping strategies act as mediators of the relationship between the active position and optimistic managers and their hardness. The study involved 52 of the top managers of government and commercial organizations (23 men and 29 women). Discovered that the types of life positions of top managers, differentiated by the signs of activity and optimism, significantly differ in indicators of hardness and coping strategies. High levels of hardness and "resource coping strategies had a top-managers "Actively optimistic." This type is characterized by a high level of hardness, assuredness, activity, propensity to risk, prevention overcome difficulties, low level of catastrophic situations. Their preference for such "resource" coping strategies raises their positive focus on planning, positive reappraisal, reducing the significance of negative events. catastrophic situations.

The general hypothesis that an optimistic life position, a "resource" (subjective) coping strategy, is a predictor of high hardness. In connection with the obtained results, it can be concluded that the technologies of psychological support of professional activity of top managers with the aim of increasing their hardness should be focused on the development of their optimism, active life position and the formation of "Resource" strategies for overcoming.

АННОТАЦИЯ

В статье представлены результаты исследования жизнестойкости и стратегий совладания у топ менеджеров с различной жизненной позицией. Основной гипотезой являлось предположение о том, что «ресурсные» стратегии совладания выступают медиаторами взаимосвязи между активной и оптимистической позицией менеджеров и их жизнестойкостью. В исследовании приняли участие 52 менеджера высшего звена государственных и коммерческих организаций (23 мужчины и 29 женщин).

Обнаружено, что типы жизненной позиции руководителей, дифференцируемые по признакам активности и оптимизма, достоверно отличаются по показателям жизнестойкости и стратегиям совладания.

¹⁰ Статья подготовлена при финансовой поддержке гранта РГНФ, название гранта «Теоретико-методологические основы ресурсного подхода к психологическому обеспечению профессионального здоровья руководителей» № 15-06-10638.

Наиболее высокие показатели жизнестойкости и «ресурсных» стратегии совладания имеют руководители с типом «Активные оптимисты». Для данного типа характерными являются высокие показатели жизнестойкости, уверенность в себе, энергичность, склонность к риску, превентивное преодоление трудностей, низкие показатели катастрофизации ситуаций. Предпочтение у них таких «ресурсных» стратегий совладания повышает их позитивное фокусирование на планировании, позитивной переоценки и снижении значимости негативных событий.

Получено подтверждение общей гипотезы о том, что оптимистическая жизненная позиция, «ресурсные» (субъектные) стратегии совладания являются предикторами высокой жизнестойкости. В связи с полученными результатами можно заключить, что технологии психологического сопровождения профессиональной деятельности топ менеджеров с целью повышения их жизнестойкости должны фокусироваться на развитии их оптимистичности, активности жизненной позиции, формировании «ресурсных» стратегий совладания».

Keywords: hardness, resource coping strategies, activity and optimism of life position,

Ключевые слова: жизнестойкость, ресурсные стратегии совладания, активная и оптимистичная жизненная позиция, ресурсный подход.

Постановка проблемы. Актуальность проблемы жизнестойкости руководителей определяется важностью данной характеристики для эффективной и надежной профессиональной деятельности, конструктивного совладания с социальными, политическими, информационно-технологическими вызовами общества и бизнес – среды. Феномен жизнестойкости активно разрабатывается в экзистенциальной психологии, а также в психологии стресса и совладания со стрессовыми ситуациями [1, 2, 9]. В психологии нет однозначного понимания жизнестойкости. С позиций С. Мадди жизнестойкость – это совокупность мыслей, взглядов и принципов человека благодаря чему, он сохраняет активность, позитивный взгляд на жизнь и противостоит разрушительному действию стрессогенных обстоятельств [10]. Жизнестойкость рассматривается как психологическая живучесть, расширенная эффективность человека, которая проявляется в вовлеченности в происходящее, разумном влиянии на себя и принятии риска, как показатель психического здоровья человека, как мера способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность без снижения успешности деятельности, как ключевая переменная, опосредующая влияние стрессогенных факторов на соматическое и душевное здоровье и на успешность деятельности. Многие исследователи считают, что жизнестойкость является личностно - психологическим ресурсом, «позволяющим человеку, занятому в сфере помогающих профессий, противодействовать развитию состояний профессионально-личностной дезадаптации». Единство взглядов отечественных и зарубежных психологов состоит в том, что признается сложность и полифакторная детерминированность жизнестойкости.

Обзор литературы по проблеме жизнестойкости показывает возрастающий интерес к данной тематике, что обусловлено потребностью формировать и развивать метаресурсные качества субъектов труда, которые способствуют не только преодолению жизненных трудностей, социально-психологической адаптации, но также и сохранности их здоровья. Особую актуальность имеет выявление личностных детерминант жизнестойкости

менеджеров. Как динамическая характеристика человека жизнестойкость относится к важным личностным ресурсом продуктивности, надежности руководителей в трудных или кризисных рабочих ситуациях, а также условием сохранения их профессионального здоровья и долголетия [3, 10].

К недостаточно раскрытым вопросам проблемы жизнестойкости относятся: раскрытие ее личностных и ситуационных детерминант, возможностей диагностики потенциалов жизнестойкости и ресурсов ее развития, разработка научно-обоснованных технологий отбора и воспитания жизнестойких личностей, способных сохранять себя, свое окружение и бизнес в современном Мире. Особую актуальность проблема жизнестойкости и поиска ее предикторов приобретает в быстро меняющихся социально-экономических, политических и организационных условиях. Конструктивное совладание с новыми реалиями бизнес-среды, очевидно, повышает жизнестойкость.

Малоизученными остаются вопросы взаимосвязи жизнестойкости с жизненными позициями и стратегиями совладания с трудностями. Стратегии совладания понимаются нами как важные личностные ресурсы психологического преодоления. Ресурсы психологического преодоления понимаются – это актуализированные потенциальные возможности человека в виде когнитивных, волевых усилий и практических действий, направленных на совладание со стрессами прошлых, настоящих или будущих трудных жизненных и профессиональных ситуаций.

В предыдущих наших исследованиях было показано, что наиболее конструктивными с точки зрения преодоления и сохранности психического здоровья являются проактивные стратегии совладания – стратегии активного преодоления проблем, планирования деятельности, поиск внешних и внутренних ресурсов, что позволяет отнести их к высокому уровню субъектности или «субъектным» стратегиям. Направленные на будущее, проактивные стратегии совладания стимулируют саморазвитие, способствуют повышению активности и стрессоустойчивости личности, способствуют физическому и психическому благополучию [7, 8]

Исследования показывают, что проактивное совладение является наиболее эффективными для преодоления организационных стрессов [8]. С точки зрения практики, обучение людей использованию проактивных стратегий в профессиональной сфере может привести к уменьшению переживания стресса и усилению чувства профессиональной компетентности, препятствовать возникновению синдрома профессионального выгорания [1]. В связи с этим, данное исследование было направлено на поиск предикторов жизнестойкости.

Целью настоящего исследования являлось изучение взаимосвязи жизнестойкости со стратегиями стратегий совладания с жизненными позициями. Основная гипотеза исследования: Активность и оптимистичность жизненной позиции, а также «субъектные» стратегии совладания являются предикторами жизнестойкости топ-менеджеров и в значительной степени оказывают влияние на уровень жизнестойкости. Частная гипотеза: топ-менеджеры с высокой и низкой жизнестойкостью отличаются по стратегиям совладания. Предполагалось, что оптимисты и реалисты отличаются по использованию «субъектных» стратегий совладания.

Исследование проводилось с топ - менеджерами, работающими в государственных и бизнес структурах, в различных отраслях (наемные работники и владельцы малого и среднего бизнеса). N = 52, возраст от 26 до 56 лет. В качестве инструментов обработки эмпирических данных были использованы статистические возможности программ Microsoft Excel, SPSS.

Методы психологического исследования: для определения жизненной позиции личности относительно оптимизма – пессимизма и активности – пассивности применялась шкала Водопьяновой с соавторами «реализм – активность – оптимизм», сокращено «РАО-2017»; тест жизнестойкости С. Мадди [4]; шкала «Проактивное совладающее поведение» [7,8] шкала ОКРЭ в адаптации Е.И. Расказовой, А.Б. Леоновой[6] для определения регуляции когнитивных эмоций.

Результаты исследования. Обнаружено, что топ-менеджеры характеризуются относительно высоким уровнем всех видов проактивного совладания, кроме «инструментальной поддержки» (средний уровень). Кластеризация полученных данных позволили выделить группы топ менеджеров с низким и высоким уровнем жизнестойкости. С помощью дисперсионного анализа выявлены значимые различия между представителями данных групп по «субъектным» стратегиям совладания: проактивное преодоление ($p=0,001$), стратегическое планирование ($p=0,043$), позитивная рефокусирование ($p=0,014$), эмоциональная поддержка ($p=0,038$). Также обнаружены достоверно значимые различия между группами по выраженности деструктивных стратегий регуляции когнитивных эмоций: размышление ($p=0,030$) и катастрофизация ($p=0,011$). Топ-менеджеры с высоким уровнем жизнестойкости чаще используют проактивное преобладание – способны к позитивной оценке происходящего, аккумуляции личностных ресурсов, их быстрой

мобилизации, созданию целенаправленного и продуманного плана действия, обращение к другим людям за эмоциональной поддержкой. Лица с низким уровнем жизнестойкости чаще используют стратегии размышления и катастрофизацию, и реже – стратегии проактивных действий. Согласно классификации Н.Е. Водопьяновой данные стратегии относятся к классу «объектных» (Н.Е. Водопьянова, 2007).

Таким образом, руководители с высоким уровнем жизнестойкости реже используют «объектные» копинг - стратегии, что также подтверждается теорией сохранения ресурсов С. Хобфолла (Hobfoll, 1994), в которой жизнестойкость выступает в качестве личностного ресурса преодоления стрессовых ситуаций. Согласно этому утверждению, личности с высоким уровнем жизнестойкости используют конструктивные копинг-стратегии, что подтверждается в данном исследовании.

В ходе исследования были определены типы жизненной позиции руководителей, которые отличаются по степени выраженности оптимизма – пессимизма и активности – пассивности. Наибольшую долю – 48% составили руководители с типом – «реалисты», которые способны адекватно оценивать текущую ситуацию относительно реальных ресурсов и возможностей. К типу «активные оптимисты» или «энтузиастам» отнесены 19,2% руководителей. Для них характерна вера в свои силы и успех, позитивный настрой на будущее и активные действия для достижения поставленных целей. Противоположные им «пассивные пессимисты» составили 13,5% (тип «жертва»), для которых характерным является недоверие в собственные силы и наличные ресурсы, пассивность принятия решений и усилий для изменения ситуации, в сложных ситуациях они часто избирают стратегию ухода от проблемы.

В результате сравнения групп с разными жизненными позициями по показателям жизнестойкости и проактивного преодоления показало, что «активные оптимисты» отличаются наиболее высоким уровнем жизнестойкости ($M=101,7$) и проактивного преодоления ($M=46,9$). Руководители - «Активные оптимисты» характеризуются более высокой жизнестойкостью и предпочтением использования «субъектных» стратегии совладания по сравнению с руководителями других типов жизненной позиции. «Активные оптимисты» отличаются уверенностью в себе, энергичностью и склонностью к риску.

Корреляционный анализ показал, что интегральный показатель жизнестойкости значимо коррелирует с показателем оптимизма ($r=0,417$). Оптимизм также имеет прямую связь с таким проявлением жизнестойкости как вовлеченность ($r=0,42$). Иными словами руководители становятся оптимистами, если у них есть возможность самим делать выбор в пользу того, что им доставляет удовольствие и обращают внимание на собственные успехи.

Обнаружено, что проактивное совладающее поведение связано с жизнестойкостью ($r=0,583$) и его такими компонентами как контроль ($r=0,62$) и

принятие риска ($r=0,534$). То есть для реализации проактивного совладания важным является убежденность в том, что совершаемые действия позволяют повлиять на результат, при этом приобретает полезный опыт, усваиваются знания. Другими словами, успешные руководители не боятся стресса, воспринимают его как «вызов», рефокусируют его в текущие и стратегические задачи. Использование проактивных стратегий повышает у топ-менеджеров ощущение контроля над ситуацией и, снижает уровень отрицательных эмоций.

Стратегическое планирование положительно коррелирует с жизнестойкостью ($r=0,368$) и ее компонентом контролем ($r=0,408$). Инструментальная поддержка положительно коррелирует с показателем жизнестойкости ($r=0,429$) и ее компонентом вовлеченностью ($r=0,38$). Возможно, что психологическая «живучесть» руководителей поддерживается через получение информации, советов и обратной связи от непосредственного их социального окружения. Эмоциональная поддержка положительно коррелирует с показателем жизнестойкости ($r=0,376$). Это говорит о том, что особенности социального взаимодействия – разделения чувств, поиска сочувствия и общения с людьми из непосредственного социального окружения человека принимаются во внимание, и используется руководителями как поддерживающие ресурсы. «Позитивная рефокусирование» положительно коррелирует с жизнестойкостью ($r=0,382$) и ее компонентом контролем ($r=0,389$). Это свидетельствует о том, что топ-менеджеры способны расширять свою эффективность за счет переноса фокуса внимания с реально происходящего события на прочие позитивные жизненные факторы, при этом, они рассматривают их как новые возможности для использования внутренних ресурсов, чтобы эффективно ими управлять и контролировать.

Обнаружено, когнитивная стратегия «катастрофизация» отрицательно коррелирует с активностью по шкале «РАО» ($r=-0,365$), оптимизмом ($r=-0,392$), с жизнестойкостью ($r=-0,460$) и ее компонентами контролем ($r=-0,427$), принятием риска ($r=-0,386$).

С помощью множественного регрессионного анализа с использованием пошагового метода определялось влияние стратегий совладания и показателей жизненной позиции на выраженность жизнестойкости. Была получена регрессионная модель, в соответствии с которой изменчивость жизнестойкости определяется на 56% следующими предикторами: проактивным преодолением, оптимизмом, стратегиями «эмоциональная поддержка», «размышление» (коэффициент множественной детерминации 0,561), при этом наибольшую изменчивость в уровень жизнестойкости вносит проактивное преодоление ($\beta=0,51$). Таким образом, на выраженность жизнестойкости прямое влияние оказывают «субъектное» совладание, эмоциональная поддержка и оптимизм. Чем выше эти показатели, тем выше уровень жизнестойкости. Обратное влияние оказывает стратегия «размышления». Значимый предиктор жизнестойкости – проактивное

преодоление. Опыт конструктивных действий, которые создают возможности для саморазвития, активность, ориентированная на будущее, усилия, формирующие и развивающие общие ресурсы личности – все это помогает более высоко оценить вероятность успеха при столкновении с актуальной трудностью и способствует ее преодолению, помогает снижать внутреннее напряжение, сохраняет здоровье и оптимальный уровень работоспособности в стрессогенных условиях. Поскольку жизнестойкость в целом способствует позитивной переоценке значения всего случившегося для личности, для ее дальнейшего роста, по всей видимости, проактивный копинг, который наиболее тесно связанный с поиском смысла, способствует этому процессу в больше мере.

Исследование показало, что предсказательная способность жизнестойкости тем выше, чем выше позиция оптимизма. Эмоциональная поддержка также была выявлена как весомый предиктор жизнестойкости. Активное общение, поиск поддержки путем разделение чувства с другими людьми из непосредственного социального окружения является фактором профилактики риска нарушения работоспособности и развития соматических заболеваний в условиях стресса, и одновременно способствует оптимальному переживанию ситуаций неопределенности и тревоги. Снижение жизнестойкости неразрывно связано с размышлением о чувствах и мыслях, которые ассоциируются с негативным событием. Деструктивная рефлексия замещает ментальное пространство, блокирует возможность рассматривать происходящее как полезное и приносящее опыт.

Заключение

По результатам проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

1. Руководители с высоким уровнем жизнестойкости чаще выбирают такие способы конструктивного совладающего поведения как проактивное преодоление, стратегическое планирование, позитивная рефокусировка, эмоциональная поддержка. Реже используют деструктивные стратегии регуляции когнитивных эмоций - размышление и катастрофизация.

2. Интегральный показатель жизнестойкости имеет наибольшее количество значимых корреляций с показателями совладающих стратегий и жизненной позиции. Наиболее сильные корреляции с такими проактивными стратегиями совладания как проактивное преодоление, стратегическое планирование, инструментальная и эмоциональная поддержка, позитивная рефокусировка.

3. Интегральный показатель жизнестойкости положительно коррелирует с оптимистической жизненной позицией и отрицательно со стратегией катастрофизации.

5. Типы жизненной позиции руководителей, дифференцируемые по признакам активности и оптимизма, достоверно отличаются по показателям жизнестойкости и стратегиям совладания. Наиболее высокие показатели жизнестойкости и «ресурсных» стратегии совладания имеют руководители с

типом «Активные оптимисты». Для данного типа характерными являются высокие показатели жизнестойкости, уверенность в себе, энергичность, склонность к риску, превентивное преодоление трудностей, низкие показатели катастрофизации ситуаций. Представители данного типа, в отличие от типов с пессимистической жизненной позицией достоверно чаще используют такие конструктивные («ресурсные») стратегии совладания как позитивное рефокусирование, фокусирование на планирование, позитивная переоценка, снижение значимости негативных событий. С позиций субъектно-ресурсного подхода данные стратегии мы условно называем как «ресурсные» или «субъектные» [5].

6. Руководители «активные оптимисты» (19% выборки) характеризуются высоким уровнем жизнестойкости и предпочитают чаще использовать проактивную стратегию совладания, способствующую целеполаганию, формированию общих ресурсов, саморегуляции, личностному росту.

7. Наибольший вклад в выраженность жизнестойкости имеют стратегии проактивного преодоления и эмоциональной поддержки, оптимизм. Стратегия размышления снижает уровень жизнестойкости.

В результате проведенного исследования получено подтверждение общей гипотезы о том, что жизнестойкость как интегральная личностная характеристика тесно связана с «субъектными» стратегиями совладания и жизненными позициями. Оптимизм, проактивное преодоление, поиск эмоциональной поддержки являются предикторами высокой жизнестойкости.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что с целью повышения жизнестойкости топ-менеджеров технологии психологических интервенций и сопровождения профессиональной деятельности должны фокусироваться на развитии оптимистичности, активности жизненной позиции, формировании «ресурсных» стратегий совладания».

Список использованной литературы

1. Водопьянова, Н. Е. Противостояние синдрому выгорания в контексте ресурсной концепции

человека / Н.Е. Водопьянова // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16 «Психология. Педагогика». – 2011. – Выпуск 2. Июнь. – С. 38–50

2. Водопьянова Н.Е. Современные концепции ресурсов субъекта профессиональной деятельности // Вестн. С.- Петерб. ун-та. Сер. 16. – 2015. – Вып. 1. – С. 45-54.

3. Круглова Е.А., Круглова М.А. Жизнестойкость в организационном контексте// Материалы IV-й Международной научной конференции "Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие". г. Кострома, 22-25 сентября 2016 г., С.42-47.

4. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. — М.: Смысл, 2006. — 63 с.

5. Носова Д. А., Водопьянова Н. Е. Когнитивные копинг-стратегии в зависимости от позитивного мышления и профессионального выгорания (на примере менеджеров коммерческой сферы) // Сборник лучших квалификационных работ. – СПб: СПбГУ, 2012. С.167-172.

6. Рассказова Е.И., Леонова А.Б., Плужников И.В. Разработка русскоязычной версии опросника когнитивной регуляции эмоций Вестник московского университета. Изд-во Московского университета Серия 14 Психология, № 4, 2011. - С. 161-180.

7. Старченкова Е.С. Проактивное совладающее поведение в построении жизненных стратегий // Психологические проблемы самореализации личности / под ред. Л.А. Коростылевой. – СПб.: СПбГУ, 2008. – Вып. 12. С. 29-45.

8. Старченкова Е.С. Ресурсы проактивного совладающего поведения // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12 «Психология. Социология. Педагогика». – 2012. – Выпуск 1. С. 51-61.

9. Тиллих П. Мужество быть // Тиллих П. Избранное. Теология культуры. М.: Юрист, 1995. С.7-132.

10. Maddi S. Prolonging Life be Heroic Measures: a Humanistic Existential Perspective // Psychological Aspects of Serious Illness: Chronic Conditions, Fatal Diseases, and Clinical Care/ P.T. Costa, G.R. VandenBos (Eds.). APA: Washington DC, 2003. P. 153-184.