**Свергун В. С.,** *магистрант 2 к., факультет управления и психологии, Кубанский государственный университет, г. Краснодар***,** *РФ;*

**Педанова Е. Ю.,** *к. психол. н., доцент кафедры социальной психологии и социологии управления, Кубанский государственный университет, г. Краснодар, РФ*

**«КАЧЕСТВО ЖИЗНИ» И ОТНОШЕНИЕ К РАБОТЕ У ВРАЧЕЙ С РАЗЛИЧНЫМИ УРОВНЯМИ СТРЕССА**

При изучении переживания стресса и его последствий, важно понимать в каком контексте он возникает, с какими именно аспектами связан. Проблема нашего исследования заключается в необходимости понимания того, каковы связи стресса с оценкой отдельных сторон работы и каким образом соотносятся переживания трудностей в работе с субъективной оценкой качества своей жизни. Такая постановка проблемы исследования отражает необходимость, отмеченную еще Леоновой А.Б., интерпретировать феномены стресса на пересечении нескольких подходов к исследованию профессионального стресса: экологического, транзактного и регуляторного [4, 98].

«Качество жизни» в данном случае рассматривается как субъективная оценка отдельных сторон жизни, она отражает контекст (среду). В связи со стрессом, эта субъективная оценка может быть как источником повышенной напряженности, так и результатом проекции негативного взаимодействия человека и его работы. Отношение к работе также основано на субъективной оценке и отражает не столько выполнение конкретной работы, сколько условия ее осуществления, в том числе и организационные. Нами рассматривается специфика этих субъективных оценок с учетом изменений на регуляторном уровне деятельности, проявившихся в виде функционального состояния - стресса.

В качестве исследуемой группы нами были выбраны врачи. В нашем исследовании приняли участие 62 врача в возрасте 23-40 лет одной из больниц г. Краснодара. В данной части работы анализируются следующие параметры: стрессированность (методика ДОРС, авторы А. Леонова, С. Величковская); отношение к работе (К. Маслач, М. Лейтер); удовлетворенность качеством жизни (автор Н.Е. Водопьянова).

*Можно выделить следующие психологические проблемы врачей*. Стрессированность наших респондентов оказалась велика. Уровень стресса по методике ДОРС разделил группу на две подгруппы, где 81% испытывает выраженный стресс, 19% очень сильный стресс. Лиц с умеренным и слабым уровнем стресса не выявлено. Доминирование выраженного и высокого уровня стресса среди врачей ожидаемо, но полное отсутствие людей с отсутствием проявлений стресса указывает на его системный характер.

Отмечается негативное отношение к работе. В используемой для диагностики методике «отношение к работе» не существует «норм», авторы предлагают использовать лишь профиль для дальнейшего анализа сфер, обусловливающих дискомфорт или стресс. Все аспекты работы (нагрузка, контроль, вознаграждение, коллектив, справедливость, соответствие ценностей) для 89% врачей оказались проблемными, получили в среднем по группе 13 баллов - значение находиться в диапазоне «полностью не удовлетворен».

Качество жизни врачей в целом (общий индекс качества жизни) оценивается ими как среднее. Наиболее проблемными являются такие сферы как «личные достижения», «здоровье», «общение с близкими людьми» и «самоконтроль».

Прямых связей стресса с качеством жизни и с отношением к работе не установлено. Единственный параметр, с которым установлена прямая сильная связь, относящийся к социальной среде - это статус занятости супруга (коэффициент корреляции Пирсона 0,31). Т.е. стресс усиливается, если супруг также работает.

Состояние всех исследуемых врачей сопровождается пониженной самоэффективностью в предметной сфере (по сравнению с российской выборкой; p=0,01). Эти сочетания вызывают беспокойство относительно качества выполняемой работы. Установлено, что связи удовлетворенности и производительности труда нелинейные [5, с. 67]. Но, в данном случае мы видим сниженную самоэффективность в предметной сфере, высокий уровень стресса, неудовлетворенность заработной платой и практически всеми аспектами работы, то вполне можем ожидать и снижение производительности, качества выполняемой работы. Этот факт в отношении пациентов таких врачей может быть даже опасным.

Решая поставленную задачу – описание специфики переживания качества жизни и отношения к работе в связи со стрессом, мы провели вычисление коэффициента корреляции Стьюдента. Из 26 анализируемых переменных, 11 оказались дифференцирующими для исследуемых подгрупп, 7 из которых имеют отношение к оценке качества жизни. Были получены статистически значимые отличия по следующим параметрам: удовлетворенность работой (карьерой), удовлетворенность здоровьем, удовлетворенность поддержкой, напряженность, самоконтроль, негативные эмоции, общий индекс качества жизни, вознаграждение, пресыщение, тревога в семье.

Обе группы оценили качество своей жизни как среднее, но группа, испытывающая более высокий уровень стресса, оценила качество своей жизни как более низкое в этом диапазоне. При этом они в меньшей степени удовлетворены своей работой (карьерой), здоровьем, испытывают большую напряжённость и ощущение невозможности контролировать себя и пониженный уровень проявления негативных эмоций.

Среди параметров, включенных в общий индекс оценки качества жизни, дифференцирующей оказалась «удовлетворенность поддержкой». Значения в группе с выраженным стрессом соответствуют низкому уровню удовлетворенности, а в группе с высоким стрессом высокому уровню удовлетворенности.

При этом мы установили прямую положительную корреляцию между уровнем удовлетворенности поддержкой и уровнем напряжения в семье (коэффициент корреляции Пирсона 0,26, p=0,05). Возможно, при использовании семейной поддержки возникает необходимость ее компенсировать, а это обязательство требует от человека усилий и заставляет нервничать. «Поиск и получение поддержки» - одна из стратегий эффективности преодоления стрессов и кризисов. Например, указывалось на ее роль в эффективности трудоустройства безработных, переживании социально-экономической депривации [2, с.81; 3, с.108]. В отношении семьи, по нашим данным, необходимо задуматься о ее роли в отложенных эффектах преодоления трудностей.

В другой статье мы указывали, что высокий уровень рабочего стресса связан с более низким общим уровнем стресса в семье (коэффициент корреляции Пирсона -0,34, p=0,01 между параметрами «стресс» и «общий индекс семейной тревоги») [6, с.82]. Мы интерпретировали эту связь, полагая, что усиление напряженности на работе, отодвигает рефлексию семейных отношений на второй план, сознание канализируется на том, что наиболее проблемно в данный момент. Полученный данные из этой части анализа усиливают такую интерпретацию, показывая, что более высокий уровень стресса на работе связан с понижением отдельно такого параметра семейного стресса как «семейная тревога» (значение параметра переходит на уровень некритического).

В отношении восприятия своей работы дифференцирующим оказался лишь один параметр – вознаграждение. Более выраженный стресс сопровождается большей неудовлетворенностью своим вознаграждением, что вполне объяснимо. Значимость финансовых притязаний в отношении удовлетворенности работой и общего социального статуса показана во многих исследованиях.

Итак, обобщая результаты анализа, отметим наиболее интересные моменты. Восприятие качества жизни человека связано с переживанием стресса на работе. Эта связь имеет нелинейный характер. При достижении стресса определенного значения, которое мы обозначали, в соответствии с используемыми методиками, как высокое, начинает изменяться восприятие такие параметры жизни человека как его удовлетворенность работой (карьерой), удовлетворенность здоровьем, удовлетворенность поддержкой, напряженность, ощущение возможности самоконтроля, проявление негативных эмоций. Так средний уровень стресса может быть мобилизующим и нести позитивные эффекты, то высокий уровень связан с ощущением снижения субъективного качества жизни. Негативные состояния на работе, прежде чем начать влиять на восприятие жизни должны стать предельными.

Если напряженность на работе увеличивается, то это канализирует сознание человека на работе и снижается ощущение тревоги относительно положения дел в семье.

Среди параметров, характеризующих работу, в том числе и особенностей организационного контекста, не выявлено связей с уровнем переживаемого стресса, кроме вознаграждения. Возможно, причины такого ярко выраженного состояния как стресс плохо дифференцируются, не рефлексируются, а сразу обобщаются в переживания неудовлетворенности качества своей жизни.

Литература:

1. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2009.
2. Дёмин А.Н., Кожевникова Е.Ю., Седых А.Б. Психологическое профилирование на рынке труда. – Краснодар: Кубанский гос. ун-т, 2003.
3. Кожевникова Е.Ю. Социально-сетевые ресурсы преодоления личностью социально-экономической депривации // Материалы IV Всерос. съезда Российского психологического общества. – Ростов-на-Дону, 2007. – Т. 2 – С.108-109.
4. Леонова А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса // Панченко Л.Л. Стресс: Хрестоматия. – Владивосток: Мос.гос. ун-т, 2003. С. 89-99.
5. Магун В.С. Два типа соотношения продуктивности труда и удовлетворенности работой// Социологические исследования. 1983, №4. – С. 64 -71.
6. Свергун В.С., Педанова Е.Ю. Взаимосвязи профессионального и семейного стрессов (исследование в рамках одного организационного контекста) // Психология, образование, социальная работа: актуальные и приоритетные направления исследований: Материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистров, аспирантов и молодых ученых с международным участием…– Тверь: Твер. гос. ун-т, 2015. – С. 80-84.