



УДК: 159.923

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА МУЖЧИН И ЖЕНЩИН, ЗАНИМАЮЩИХ РУКОВОДЯЩИЕ И ЛИНЕЙНЫЕ ПОЗИЦИИ

THE FEATURES OF MANIFESTATION OF PROFESSIONAL STRESS OF MEN AND WOMEN IN SENIOR POSITIONS AND LINE

**И.В. Григорьева
I.V. Grigorieva**

Российский новый университет, Россия, 105005, г. Москва, ул. Радио, д.2

Russian New University, Russia, 105005, Moscow, 2, Radio Str.

E-mail: iragrig_psy@mail.ru

Аннотация: Статья посвящена проблеме динамики переживания профессионального стресса различными категориями сотрудников. Для исследования были выделены две группы по половому признаку (мужчины и женщины), каждая из которых была поделена на подгруппы руководителей и рядовых сотрудников. Результаты исследования позволили выявить общие тенденции и специфические особенности проявления профессионального стресса у мужчин и женщин, занимающих руководящие и линейные позиции.

Abstract: The article examines the problem of occupational stress dynamics different categories of employees. We identified two groups of men and women and then divided them into subgroups of leaders and employees. Results of the study revealed general trends and specific features of occupational stress men and women in senior positions and line.

Ключевые слова: адаптация, совладающее поведение, профессиональный стресс, мужчины, женщины.

Keywords: adaptation, coping behavior, occupational stress, men, women.

Введение

Возрастание количества и силы стрессогенных факторов, имеющих как природный, так и социальный характер, отражается на работоспособности человека, эффективности его деятельности, общении с окружающими и личном состоянии. В результате чего человек задействует большее количество внутренних ресурсов при одновременном повышении требований к его стрессоустойчивости и умению адаптироваться. При этом одной и той же ситуации люди могут придавать совершенно разное значение и их последующие реакции также будут отличны друг от друга. В связи с этим подходить к исследованию совладающего поведения необходимо, с одной стороны, с рассмотрения специфики сложившейся ситуации, а с другой стороны, с изучения личности и ее индивидуальных особенностей, что лежит в основе личностного подхода [Абдурахманов Р.А., 1999; Азарнов Н.Н., 2010; Анцыферова Л.И., 1994; Романова Е.С., 2003; Феоктистова С.В., 2011; Хакер У., 2001 и др.].

Особенное место в изучении совладающего поведения отведено половым особенностям. Многие исследования посвящены изучению индивидуально-психологических особенностей мужчин и женщин и различий между ними, проанализированы особенности социальных ролей мужчин и женщин, специфика их поведения в различных ситуациях, их профессиональные предпочтения и т.д. [Онищенко Н.В., 2010]. Однако открытым является вопрос совладающего поведения полов при возникновении профессионального стресса.

Теоретический анализ проблемы

Идея равноправия полов на практике демонстрирует достижение половой симметрии в различных сферах общественной жизни, в частности, в реализации одинаковых возможностей для мужчин и женщин на трудовом поприще. По данным исследования, проведенного аудиторской компанией Grand Thornton в 2015, отраженном в докладе «Женщины в Бизнесе: Путь к лидерству», Россия – мировой лидер по гендерному равенству в рабочей среде. При этом в 2014 доля женщин в руководстве компаний в мире выросла незначительно, в то время как в России две



пярых всех руководящих должностей в компаниях занимают женщины, что составляет 40% высших управленческих позиций [ФБК GrantThorntonInternational, 2015].

В соответствии с опросом, проведенным Службой исследований российской компании интернет-рекрутмента Head Hunter в 2014, одной из самых стрессовых профессий является профессия руководителя: 73% представителей этой профессии заявили о том, что периодически работа нарушает их эмоциональное спокойствие [Head Hunter, 2014]. Постоянная повышенная ответственность (за себя, за подчиненных, за ресурсы компании), необходимость принятия решения в непредсказуемых и неоднозначных ситуациях, осуществление непосредственного руководства и координации работы подчиненных, ненормированный рабочий день, повышенная интенсивность рабочего режима и пр. – те стрессовые факторы, которые не только отличают работу руководителя от работы рядового сотрудника, но и усложняют ее [Абдурахманов Р.А., 2007; Феоктистова С. В., 2012; Щербатых Ю. В., 2006]. В то время как рядовой сотрудник сфокусирован на конкретной поставленной перед ним задаче, руководитель вынужден самостоятельно ставить цели, формировать задачи, искать пути и средства их достижения, учитывая различные факторы риска и продумывая множество вариантов.

Стоит заметить, что независимо от профессии и занимаемой должности в соответствии с опросом Head Hunter чаще всего повышенное нервное напряжение вызывается слишком большим объемом работы. У каждого третьего опрошенного вызывают стресс очень быстрый темп и несоблюдение сроков выполнения рабочих проектов. Отдельно стоит выделить такие причины стресса как ссоры с начальством и коллегами, личное недовольство выполненной работой. Помимо этого, по результатам онлайн-исследования, проведенного немецкой исследовательской компанией GfKGroup в 22 странах мира [GfKGroup, 2015], россиян, как и большинство европейцев, беспокоит количество денег на жизнь, нехватка времени на сон и избыток взятых на себя обязательств.

Учитывая текущее положение мужчин и женщин в обществе, особенно в рабочей среде, увеличение количественного состава женщин на руководящих постах и смену социальных ролей, нами было проведено исследование с целью выявления уровня профессионального стресса рядовых сотрудников и руководителей и сравнения их по половому признаку.

Объекты и методы исследования

В качестве гипотезы было выдвинуто предположение о том, что уровень профессионального стресса женщин выше уровня профессионального стресса мужчин, при этом уровни профессионального стресса рядовых сотрудников – и женщин, и мужчин – ниже уровня профессионального стресса руководителей того же пола.

Определение уровней профессионального стресса сотрудников осуществлялось по методике Азарных Т.Д. и Тыртышникова И.М. Тестирование было реализовано в удобное для испытуемых время. Обработка количественных данных проводилась с помощью программы Microsoft Excel 2016.

Эмпирическую базу исследования составили 50 человек (26 женщин и 24 мужчины в возрасте от 20 до 55 лет). Указанная выборка была поделена по гендерному признаку на две группы, на мужчин и женщин. Каждая из этих групп дополнительно была поделена на подгруппы, различающихся по служебным обязанностям – рядовые сотрудники и руководители.

Результаты и их обсуждение

В таблице 1 представлен корреляционный анализ взаимосвязи уровней профессионального стресса, возраста и пола испытуемых.

Таблица 1

Результаты корреляционного анализа

	Руководители	Рядовые сотрудники	Все сотрудники
Мужчины	-0,16	0,21	0,07
Женщины	0,16	-0,10	-0,3
Мужчины и женщины	-0,06	0,09	

Как можно видеть, корреляционные связи между возрастом и значениями уровня стресса мужчин и женщин очень слабые ($r \leq 0,3$), что, вероятно, является результатом малой выборки, в связи с чем данные связи в дальнейшем учитываться не будут.

На основе полученных посредством тестирования данных был построен график профессионального стресса для каждой группы сотрудников – для мужчин и женщин (рис. 1).

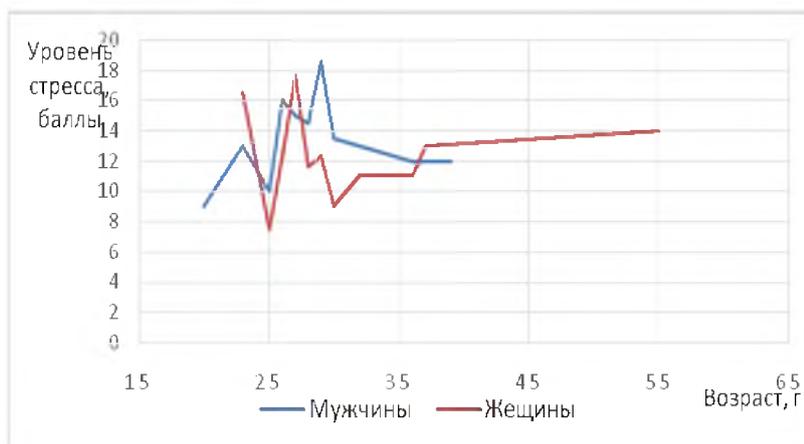


Рис. 1. Зависимость уровня профессионального стресса женщин и мужчин от возраста

График показывает, что уровень профессионального стресса у всех сотрудников находится ниже отметки 30, что соответствует умеренному уровню стресса сотрудников. Такой уровень свойственен занятым и много работающим людям с высокой рабочей нагрузкой.

Прослеживается рост уровня профессионального стресса до тридцатилетнего возраста у обеих групп. Причем своего максимального значения уровень профессионального стресса достигает у женщин в 27 лет, а у мужчин – в 29 лет. После этого возрастного рубежа уровень профессионального стресса плавно уменьшается.

Отдельно стоит обратить внимание на то, что уровень профессионального стресса у женщин ниже уровня профессионального стресса мужчин. Из чего следует, что гипотеза о том, что уровень профессионального стресса женщин выше уровня профессионального стресса мужчин, не подтвердилась. Таким образом, можно сделать вывод о том, что современные женщины более стрессоустойчивы по сравнению с мужчинами, причиной чего могут являться индивидуально психологические особенности обеих групп, в частности, различные способы переживания стресса, а также совершенно отличающиеся социальные роли, заложенные в представителей обоих полов эволюционно.

На рис. 2 отображен график профессионального стресса подгрупп руководителей и рядовых сотрудников женского пола.

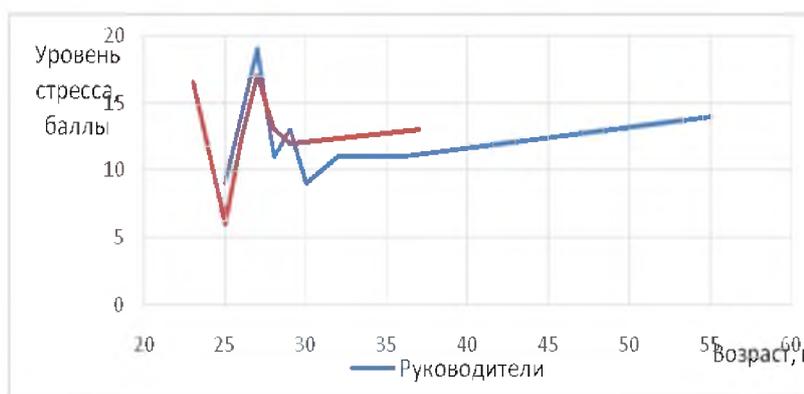


Рис. 2. Зависимость уровня профессионального стресса руководителей и рядовых сотрудников женского пола от возраста

Можно видеть, что кривая, отражающая уровень профессионального стресса женщин руководителей, и кривая профессионального стресса рядовых сотрудников того же пола развиваются похожим образом. При этом до 27 лет уровень профессионального стресса рядовых сотрудниц ниже уровня профессионального стресса руководителей, после 27 лет эта картина меняется: руководителям свойственен меньший уровень профессионального стресса по сравнению с рядовыми сотрудницами. Возможно, это связано с тем, что после получения руководящей роли женщина «примеряет» на себя все сопутствующие условия, сложности и факторы профессиональной деятельности и учится новому поведению вместо привычного (поиск поддержки, обращение за советом, желание выговориться); а после 27 лет вырабатывается



привыкание к рабочей нагрузке. В данном случае наша гипотеза о том, что среди женщин уровень профессионального стресса рядовых сотрудников ниже уровня профессионального стресса руководителей, подтвердилась лишь частично.

На рис. 3 отображен график профессионального стресса подгрупп руководителей и рядовых сотрудников мужского пола.

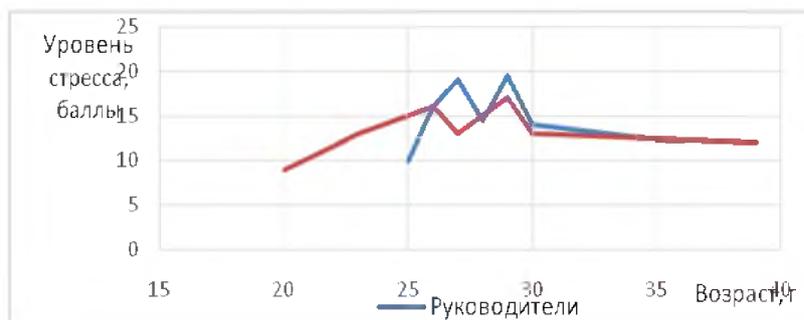


Рис. 3. Зависимость уровня профессионального стресса руководителей и рядовых сотрудников мужского пола от возраста

Как и в случае с женщинами развитие кривых уровня профессионального стресса руководителей и рядовых сотрудников мужского пола имеют схожий характер. Однако уровень профессионального стресса мужчин руководителей выше уровня профессионального стресса рядовых сотрудников того же пола. Это можно объяснить особенностями стрессового поведения мужчин в трудных ситуациях, особенно если он – руководитель, когда ситуация полностью берется под контроль и решающие действия предпринимаются незамедлительно, а все эмоции отходят на второй план. Помимо этого, большое значение на поведение мужчин в стрессовых ситуациях имеет социальное ожидание от них выдержанности, несгибаемости, неуязвимости. Это подтверждает нашу гипотезу о более высоком уровне профессионального стресса руководителей по сравнению с рядовыми сотрудниками.

Заключение и основные выводы

Данная работа была направлена на изучение особенностей профессионального стресса мужчин и женщин, а также сравнение их в зависимости от занимаемой должности (руководители или рядовые сотрудники). Полученные результаты дали возможность выделить следующие выводы о различиях в выраженности стресса у женщин и мужчин.

Выявлена общая тенденция проявления профессионального стресса у женщин и мужчин в зависимости от возраста.

Установлены специфические различия стресса у руководителей и рядовых сотрудников как женского, так и мужского пола.

Результаты исследования частично отражают различия индивидуально-психологических особенностей в поведении мужчин и женщин в стрессовых ситуациях. Полученные данные могут быть применены для дальнейшего более детального изучения особенностей стресс-преодолевающего поведения личности: для выявления гендерных различий, психологических ресурсов преодоления стресса, основных стресс-факторов различных сфер деятельности, а также для профессиональной диагностики психологического здоровья, коррекционной работы, развития необходимых навыков и предупреждения таких личностных (поведенческих) состояний как хроническая усталость, синдром выгорания и др.

Литература

1. Абдурахманов Р.А. 1999. Возрастная психология. Рабочий учебник для ВУЗов (в четырех юнитах), Юнита 1. Онтогенез психических процессов и личности человека. М.: СГУ, 68.
2. Абдурахманов Р.А. 2007. Социальная психология. Рабочий учебник (в 4 модулях), Модуль 4. Психология групп и межгрупповых отношений. Москва, Российский новый университет, 109.
3. Азарнов Н.Н. 2010. Безопасность личности в системе социального взаимодействия. Психология безопасности в современном мире: Материалы международного симпозиума. Екатеринбург, 55-59.
4. Анцыферова Л.И. 1994. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита, Психологический журнал Т. 15. №1, 319.
5. Онищенко Н.В. 2010. Стресс-преодолевающее поведение: гендерный аспект. Московский городской психолого-педагогический университет, PsyJournals.ru, 257- 258.
6. Романова Е.С. 2003. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. 2-е изд. СПб.: Питер, 464.



7. Феоктистова С.В. 2011. Влияние темперамента на особенности переживания стресса взрослыми людьми в трудовой деятельности: материалы 7-го международного междисциплинарного конгресса «Нейронаука для медицины и психологии». Судак, Крым, Украина, 431.
8. Феоктистова С. В. 2012. Психологические условия профилактики профессионального стресса у сотрудников коммерческой организации. Нейронаука для медицины и психологии. Восьмой международный междисциплинарный конгресс: труды. Москва, 414-415.
9. Хакер У. 2001. Восприятие и реакции на рабочую ситуацию, Психология социальных ситуаций. Хрестоматия. Сост. и общая редакция Н.В. Грипиной. СПб.: Питер, 363-366.
10. Щербатых Ю. В. 2006. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 256.
11. HeadHunter «Самые стрессовые профессии». 2014. hh.ru: <https://hh.ru/article/14948>.
12. ФБК («Финансовые и бухгалтерские консультанты») Grant Thornton International. 2015. «Women in business: the path to leader ship». fbk.ru: <http://www.fbk.ru/publications/columns/13890/>.
13. GfKGroup. 2015. «Основные причины для стресса в разных странах», gfk.com: <http://www.gfk.com/ru/insaity/press-release/gfk-izuchila-osnovnye-prichiny-dlja-stressa-v-raznykh-stranakh/>.