

УДК 159.9

**О ПРИМЕНЕНИИ КОНЦЕПЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ СОТРУДНИКОВ
ВОЙСК НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Шингаев Сергей Михайлович

*доктор психологических наук, профессор
заведующий кафедрой психологии*

Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования

г. Санкт-Петербург

sshingaev@mail.ru

Аннотация. В статье приводятся основные положения концепции психологического обеспечения профессионального здоровья применительно к профессии сотрудников войск национальной гвардии, сформулированы теоретико-методологическая основа концепции, цели, принципы и этапы психологического обеспечения, дано описание каждого из этапов.

Ключевые слова: служебная деятельность, концепция, профессиональное здоровье, психологическое обеспечение, стресс-менеджмент.

**CONCEPT OF PSYCHOLOGICAL HEALTH SUPPORT
OF NATIONAL GUARD TROOPS OF THE RUSSIAN FEDERATION OFFICERS**

Shingaev Sergei Mikhailovich

*doctor of Psychological Sciences, professor
head of the Department of Psychology*

Saint-Petersburg Academy of Postgraduate Pedagogical Education

Saint-Petersburg

sshingaev@mail.ru

Abstract. The article presents the main provisions of the concept of psychological support of professional health in relation to the profession of employees of the National Guard Troops; the theoretical and methodological basis of the concept, goals, principles and stages of psychological support were formulated, and a description of each of the stages was given.

Keywords: service, concept, professional health, psychological support, stress management.

Современные руководящие документы, регламентирующие деятельность по охране труда и здоровья в России (федеральные законы «Об основах охраны труда в Российской Федерации»¹ (1999), «Об основах охраны здоровья граждан

в Российской Федерации»² (2011), напрямую указывают на важность и необходимость рассмотрения вопросов здоровья в профессии. Специфика профессиональной деятельности сотрудников войск национальной гвардии Российской

¹ Федеральный закон от 17 июля 1999 г. № 181-ФЗ «Об основах охраны труда в Российской Федерации» (с изм. и доп.) // Собрание законодательства Российской Федерации. 1999. № 29. Ст. 3702. – Утратил силу.

² Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (с изм. от 29.05.2019 г.) // Собрание законодательства Российской Федерации. 2011. № 48. Ст. 6724.

Федерации³ (систематические психологические и физические нагрузки, часто возникающие стрессовые ситуации, связанные среди прочего с угрозой жизни и здоровью, ненормированный рабочий день) накладывает негативный отпечаток на состояние здоровья сотрудников и уровень их работоспособности. По существу, становясь сотрудником Росгвардии, человек не просто выбирает престижную профессию, но выбирает стиль жизни, за который приходится платить своим здоровьем, готовностью идти на риск. Отсюда вытекает важность поддержания профессионального здоровья, повышения стрессоустойчивости сотрудников Росгвардии.

Разрабатывая концепцию психологического обеспечения профессионального здоровья (ПОПЗ), мы первоначально апробировали ее на выборке менеджеров [3; 4] и педагогов [2; 5; 6]. При этом в монографии «Психологическое обеспечение профессионального здоровья менеджеров» [3] и диссертационном исследовании [4] впервые в современной психологии менеджмента нами показана возможность, опираясь на концепцию психологического обеспечения профессиональной деятельности Г.С. Никифорова [1], раскрыть заявленную тему. При этом также впервые по сравнению с уже известными работами по психологическому обеспечению профессиональной деятельности вводится в рассмотрение вся совокупность основных этапов, составляющих базис этой концепции.

Последующая работа над концепцией позволяет нам сделать обоснованный вывод о возможности применения ее для всех профессиональных групп, поскольку подразумевает охват с точки зрения психологического обеспечения всех этапов профессионального пути человека. Специфика профессии будет накладывать отпечаток на особенности организации процесса сопровождения, при этом, несколько не изменяя самой сути психологического

обеспечения. Поэтому считаем вполне обоснованным рассматривать данную концепцию как методологическую основу укрепления профессионального здоровья сотрудников Росгвардии.

Рассмотрим более подробно концепцию психологического обеспечения профессионального здоровья применительно к сотрудникам Росгвардии.

В предлагаемой нами концепции ПОПЗ представлены основные положения теоретико-методологического, методического и прикладного характера, раскрывающие: методологические принципы, структурно-функциональную модель, этапы (с указанием по каждому этапу – цели, содержания, методического обеспечения), программы, обеспечивающие психологическое обеспечение профессионального здоровья сотрудников войск национальной гвардии на всем протяжении их профессионального пути.

Теоретико-методологической основой концепции психологического обеспечения профессионального здоровья выступают: ключевые идеи психологии менеджмента, теоретические положения концепции «психологии отношений» В.Н. Мясищева, теоретические взгляды зарубежных и отечественных ученых в области психологии профессионального здоровья, основные положения психологии стресса, разработки в области психологии тренинга, психологические теории профессиогенеза, динамики профессионально важных качеств, концепция психологического обеспечения профессиональной деятельности (ПОПД), рационально-эмоциональная поведенческая терапия (РЭПТ) и позитивная психология.

Считаем важным выделить две главные цели психологического обеспечения профессионального здоровья:

1) формирование и в последующем повышение профессиональной компетентности сотрудников Росгвардии в области здоровья, выработка у них навыков здорового поведения;

³ Далее – «Росгвардия».

2) повышение стрессоустойчивости, в том числе за счет прохождения обучения по профессионально ориентированной тренинговой программе стресс-менеджмента.

Психологическое обеспечение профессионального здоровья сотрудников Росгвардии только тогда будет эффективным, когда будет опираться на следующие принципы: научность, непрерывность (динамичность), детерминизм, системность, комплексность, индивидуальный подход, целенаправленность, профессионализм, дифференцированность.

Мы вводим в рассмотрение следующие этапы психологического обеспечения профессионального здоровья, которые применительно к профессии сотрудников войск национальной гвардии выглядят следующим образом:

1) психологическое обеспечение формирования профессионального здоровья на этапе «входа» в профессию (профессионального самоопределения) – проходит, как правило, в 10–11 классах образовательной организации (школы, гимназии, лицея и др.), когда старшеклассник осуществляет процесс выбора профессии сотрудника войск национальной гвардии;

2) психологическое обеспечение формирования профессионального здоровья на этапе профессиональной подготовки – протекает в процессе обучения молодого человека в военной образовательной организации высшего образования (ВООВО), в частности, в Санкт-Петербургском военном институте войск национальной гвардии, где обучающийся приобретает комплекс знаний, навыков и умений, необходимых в профессиональной деятельности;

3) психологическое обеспечение профессионального здоровья на этапе адаптации к профессиональной деятельности проходит, как правило, в течение первых 2–3 лет после окончания ВООВО, получения диплома и начала самостоятель-

ной профессиональной деятельности в должности сотрудника;

4) психологическое обеспечение профессионального здоровья на этапе регулярной профессиональной деятельности охватывает основной и, как правило, самый продолжительный этап профессионального пути сотрудника;

5) психологическое обеспечение профессионального здоровья на этапе повышения профессиональной квалификации (профессиональной переподготовки) проходит в процессе дополнительного профессионального образования, протекающего обычно в форме краткосрочного (семинары, тренинги, курсы повышения квалификации) или долгосрочного обучения (курсы профессиональной переподготовки), как правило, связанного с карьерным ростом сотрудника;

б) психологическое обеспечение сохранения профессионального здоровья на этапе «выхода» из профессии охватывает период после окончания регулярной профессиональной деятельности и выхода на пенсию (в запас или отставку).

Решение задач психологического обеспечения профессионального здоровья на всех этапах профессионального пути предполагает раскрытие механизмов формирования, сохранения и укрепления профессионального здоровья специалиста с учетом его индивидуально-психологических характеристик.

Рассмотрим кратко каждый из этапов.

Психологическое обеспечение формирования профессионального здоровья на этапе «входа» в профессию (профессионального самоопределения). Цель этапа: исключение ошибок в выборе профессии, которые могут привести впоследствии к низкой удовлетворенности трудом, возрастанию профессиональных заболеваний и профессиональных деформаций.

На этапе профессионального самоопределения следует определить, насколько избираемая школьником профессия со-

трудника войск национальной гвардии соответствует его индивидуальным особенностям здоровья и физического развития. Медицинский отбор, проводимый при поступлении во многие ВООВО, как раз и предназначен для определения противопоказаний абитуриентов по состоянию здоровья при выборе профессии.

Считаем важным – на этапе профессионального самоопределения ознакомление школьников не только с особенностями выбираемой профессии, но и указание на так называемую «оборотную сторону» – на ограничения, накладываемые профессией сотрудника Росгвардии на жизнь человека, на имеющиеся противопоказания, профессиональные заболевания, характерные именно для этой профессии, возникающие профессиональные синдромы у представителей выбираемой профессии, основные факторы стресса и профессиональные стрессоры.

Психологическое обеспечение формирования профессионального здоровья на этапе профессиональной подготовки. Цель этапа: приобретение курсантом военно-учебного заведения оптимального набора знаний, умений, навыков, способствующих формированию и поддержанию профессионального здоровья, как профессионально-важного качества будущего эффективного специалиста; поддержание у курсантов высокой мотивации служить в войсках национальной гвардии; формирование умения рационального расходования сил в процессе будущей профессиональной деятельности.

Психологическое обеспечение профессионального здоровья на этапе адаптации к профессиональной деятельности. Цель этапа: высокая удовлетворенность молодого офицера службой, установление им деловых отношений с вышестоящим руководством и коллегами по воинскому коллективу, социально-психологическая совместимость, успешность выполняемой воинской деятельности (своевременность и безошибочность профессиональных дей-

ствий; умение не создавать предпосылки себе и другим для травм и аварий; осуществление деятельности без угрозы для здоровья). Существенное влияние нахождение адаптационного процесса оказывают индивидуально-психологические особенности личности адаптанта. К ним относятся, прежде всего, тип нервной системы, степень тревожности, уровень мотивации, самооценка личностных качеств и профессиональных возможностей, волевые характеристики (самостоятельность, самоконтроль, эмоциональная устойчивость), склонность к сотрудничеству, коммуникативные способности.

Среди вопросов, требующих к себе пристального внимания командиров воинских частей и военных психологов на этапе профессиональной адаптации молодых офицеров, на наш взгляд, относятся:

- разработка и внедрение системы диагностических критериев оценки эффективности адаптации, которая включала бы в себя субъективные (психологические, социально-психологические) и объективные (успешное выполнение обязанностей) критерии;

- стресс-аудит (оценка уровня стресса у сотрудников, в подразделении, в воинской части в целом);

- разработка методики оценки уровня профессионального здоровья.

Психологическое обеспечение профессионального здоровья на этапе регулярной профессиональной деятельности. Цель этапа:

а) обеспечение надежности профессиональной деятельности (безошибочное выполнение профессиональных обязанностей в течение требуемого времени и при заданных условиях деятельности);

б) обеспечение безопасности труда (исключение несчастных случаев на службе и профессиональных заболеваний);

в) продление профессионального долголетия сотрудника Росгвардии (предполагающее среди прочих разработку про-

граммы профессионального самосохранения);

г) повышение стрессоустойчивости к негативным факторам профессиональной среды.

Поскольку отличительной особенностью профессиональной деятельности большинства сотрудников является стресс, то важнейшим фактором в обеспечении их профессионального здоровья выступает стрессоустойчивость. Именно формирование стрессоустойчивости представляет одну из важнейших задач психологического обеспечения на этапе регулярной профессиональной деятельности. На наш взгляд, именно стресс-менеджмент является краеугольным камнем программы развития стрессоустойчивости сотрудников Росгвардии.

Психологическое обеспечение профессионального здоровья на этапе повышения профессиональной квалификации (профессиональной переподготовки). Цель этапа: достижение оптимального соотношения энергетических (личностных) затрат и достигнутых результатов в ходе обучения («результативность / ресурсы»).

Повышение профессиональной квалификации (профессиональная переподготовка) чаще всего протекает в двух формах: 1) краткосрочное обучение (одно-двух-трех-дневные семинары, тренинги); 2) долгосрочное обучение (программы профессиональной переподготовки по новой специальности, получение второго высшего образования, длительные (обычно – до одного года) программы повышения квалификации). В большинстве случаев этот этап, как правило, пересекается с этапом регулярной профессиональной деятельности и как бы находится внутри него.

До настоящего времени эта тема не часто попадала в поле зрения исследователей. На наш взгляд, психологическое обеспечение профессионального здоровья сотрудников Росгвардии на данном этапе решает ряд задач:

1) повышение стрессоустойчивости, развитие готовности эффективно решать задачи возрастающей сложности (работа плюс учеба) с минимальными энергетическими затратами и без ущерба для здоровья;

2) развитие навыков тайм-менеджмента, предполагающих умение адекватно распоряжаться собственным временем, умение отделять существенное от второстепенного, умение находить резервы времени, использовать антистрессовый стиль управления;

3) совершенствование качеств, которые наиболее важны в этот период: интеллектуальные (освоение новых знаний; продуктивность, гибкость, аналитичность, креативность, полнезависимость, лабильность и адаптивность мышления); коммуникативные (поддержание и развитие контактов, наиболее важных для работы и учебы; расширение социальных связей; развитие навыков и умений эффективного общения; коррекция и развитие установок, определяющих успешность общения); регулятивные (двойная ответственность – за результаты работы и учебы; умение вознаграждать себя за хорошие достижения в работе и учебе; забота о поддержании в себе бодрости, целеустремленности и самообладания; навыки психической саморегуляции, целеполагания, уверенности в себе, развитие волевого потенциала).

Психологическое обеспечение сохранения профессионального здоровья на этапе «выхода» из профессии. Цель этапа: внутреннее бесконфликтное завершение профессионального пути, поиск военным пенсионером новых возможностей для личностного развития.

Развитие концепции ПОПЗ применительно к профессии сотрудника войск национальной гвардии мы видим, прежде всего, в наполнении эмпирическими данными каждого из этапов, в том числе за счет использования широкого спектра применяемого инструментария – методов

(наблюдение, опросы, тестирование, беседы, формирующий эксперимент (в том числе программируемые тренинги и программы укрепления профессионального

здоровья) и методик, направленных на психодиагностику разных сторон профессионального здоровья сотрудников Росгвардии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности: теория и практика: монография / под ред. Г.С. Никифорова. СПб.: Речь, 2010. 816 с.
2. Шингаев С.М. Психология профессионального здоровья учителя: учебно-методическое пособие. Сер.: Психологическая поддержка учителя. СПб.: СПб АППО, 2010. С. 3–15; 39–61.
3. Шингаев С.М. Психологическое обеспечение профессионального здоровья менеджеров: монография. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2011. 176 с.
4. Шингаев С.М. Психологическое обеспечение профессионального здоровья менеджеров: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.03 / Шингаев Сергей Михайлович. СПб.: СПб АППО, 2014. 40 с.
5. Шингаев С.М. Профессиональное здоровье руководителей и проблемы повышения профессиональной квалификации // Человек и образование. СПб.: «Институт педагогического образования и образования взрослых Российской академии образования», 2013. № 4. С. 54–58.
6. Шингаев С.М. Психология профессионального здоровья педагогов: методические рекомендации. СПб.: СПб АППО, 2012. 142 с.