

Башкин. – СПб. : Изд-во Гос. ун-та аэрокосмического приборостроения, 2009. – 108 с.

3. Гагуа, Е. Д. Тренировка спринтера / Е.Д. Гагуа. – М. : Терра-спорт : Олимпия-PRESS, 2001. – 72 с.

4. Озолин, Н. К. Настольная книга тренера : наука побеждать / Н.К. Озолин. – М. : Изд-во «Астрель», 2002. – 864 с.

5. Стеблецов, Е. А. Специальный тренажерно-измерительный комплекс для развития скоростно-силовых способностей, проявляющихся в оттапливании // Моделирование спортивной деятельности в искусственно созданной среде (стенды, тренажеры, имитаторы) : материалы конф. – М., 1999. – С. 106-112.

6. Тер-Ованесян, И. А. Подготовка легкоатлета : современный взгляд / И.А. Тер-Ованесян. – М. : Терра-Спорт, 2000. – 128 с.

Контактная информация: kfv@guar.ru

УДК 159.9:316.35

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ КАК КРИТЕРИЙ ЭФФЕКТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГОСУДАРСТВЕННЫХ СЛУЖАЩИХ

*Василий Георгиевич Белов, доктор медицинских наук, профессор,
Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы,
Юрий Александрович Парфенов, кандидат медицинских наук, научный сотрудник,
Специальное предприятие «Новое поколение»,
Артем Валерьевич Менумеров, аспирант,
Северо-западная академия государственной службы,
Дмитрий Александрович Чернов, аспирант,
Санкт-Петербургская академия управления и экономики,
г. Санкт-Петербург*

Аннотация

Эмоциональная устойчивость рассматривается как черта, способствующая успешной профессиональной адаптации, профессиональному и личностному развитию государственного служащего. Обосновывается положение о том, что эмоциональная устойчивость относится к профессионально-важным качествам для государственного служащего и во многом определяет эффективность деятельности.

Ключевые слова: эмоциональная устойчивость, эффективность профессиональной деятельности, удовлетворенность работой, государственные служащие.

EMOTIONAL STABILITY AS A CRITERION OF EFFECTIVE ACTIVITY OF CIVIL SERVANTS

*Vasily Georgiyevitch Belov, the doctor of medical sciences, professor,
Saint-Petersburg State Institute of Psychology and Social Work,
Yuriy Aleksandrovitch Parfyonov, the candidate of medical sciences, scientific employee,
The Specialized Enterprise «New Generation»,
Artem Valer'evich Menumerov, the post-graduate student,
Northwest Academy of Public Service,
Dmitriy Aleksandrovich Tchernov, the post-graduate student,
Saint-Petersburg Academy of Management and Economics*

Annotation

Emotional stability is regarded as a trait contributing to successful professional adaptation, professional and personal development of civil servant. The position that emotional stability is a professionally important quality for public servant and determines the performance to a large extent has been substantiated.

Keywords: emotional stability, effectiveness of professional activities, job satisfaction, public servants.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема изучения эмоциональной устойчивости государственных служащих и ее динамики на разных этапах профессиогенеза значима в первую очередь в силу эмоциональности данной профессии. В научной литературе не раз указывалось, что эмоциональная устойчивость влияет на успешность выполнения деятельности и ее эффективность [1-3,8,9].

Ряд исследователей выделяют эмоциональную устойчивость как качество, черту, свойство личности, влияющее на характер профессиональной деятельности [1,2,5,6]. В работах А.А. Деркача, Е.А. Климова, Т.В. Кудрявцева, А.К. Марковой, Л.М. Митиной, В.Д. Шадрикова и др. эмоциональная устойчивость рассматривается как черта, способствующая успешной профессиональной адаптации, профессиональному и личностному развитию. Вслед за названными авторами мы относим эмоциональную устойчивость к профессионально-важным качествам для многих профессий, в том числе для государственного служащего.

В акмеологии на сегодняшний день существует противоречие между важностью проблемы эмоциональной устойчивости, её актуальностью и значимостью как профессионально важного качества государственного служащего, с одной стороны, и недостатком знаний связи эмоциональной устойчивости с эффективностью деятельности государственного служащего – с другой стороны.

Цель исследования: выявление взаимосвязи эмоциональной устойчивости и эффективности профессиональной деятельности государственных служащих.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Обследовано 185 государственных служащих, средний возраст $36,5 \pm 6,9$ года, из них 115 госслужащих с высоким уровнем эффективности деятельности (1 группа) и 70 госслужащих с низким уровнем эффективности деятельности. Были использованы следующие методики: опросник Б.И. Додонова на выявление типов эмоциональной направленности личности, методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко, анкета для оценки удовлетворенности профессиональной деятельностью [4,5,7].

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Проверяя гипотезу о наличии спадов и подъемов эмоциональной устойчивости в процессе профессиогенеза, мы сочли необходимым исследовать эмоциональную устойчивость (ЭУ) государственных служащих в зависимости от возраста и стажа профессиональной деятельности.

При первичном расчете корреляции между возрастом и показателями ЭУ не было выявлено какой-либо взаимосвязи ($r = -0,01$ ($p > 0,5$)), что указывает на отсутствие линейной взаимосвязи возраста и уровня ЭУ. Затем, выборка была разделена на три возрастные группы: от 30 до 35 лет; от 35 до 40 лет; от 40 лет. Результаты статистического сопоставления показали отсутствие различий в уровне ЭУ между этими возрастными группами госслужащих. Однако были зафиксированы следующие значимые взаимосвязи: положительная взаимосвязь между возрастом и уровнем ЭУ испытуемых в возрастной группе от 30 до 35 лет; отрицательная взаимосвязь между возрастом и уровнем ЭУ испытуемых в возрастной группе от 40 лет (табл. 1). Этот факт говорит о двух возрастных тенденциях: во-первых, в период от 30-ти до 35-ти лет ЭУ возрастает у государственных служащих; во-вторых, в возрастном периоде от 40 лет на фоне возрастного кризиса наблюдается снижение ЭУ.

Таблица 1

Взаимосвязь между возрастом и уровнем ЭУ госслужащих

Возрастная категория	Кол-во чел.	Результат корреляции
от 30 до 35 лет	78	0,5*
от 35 до 40 лет	64	-0,1
от 40 лет	43	-0,3*

Примечание. *Связь достоверна ($p < 0,05$)

В дальнейшем по стажу выборка была дифференцирована на шесть групп: группа со стажем до 1 года; затем группа со стажем от 1 года до 3 лет; группа от 3-х до 5 лет; далее группа от 5-ти до 10 лет; группа со стажем от 10-ти до 15 лет; группа, профессиональный стаж которой составил более 15 лет.

Проведенное исследование показало два пика показателей ЭУ, которые соответствуют показателям групп со стажем от 1 года до 3 лет и от 10-ти до 15-ти лет.

На основании попарного сопоставления показателей ЭУ у заявленных групп (по стажу) по критерию Стьюдента, наиболее достоверным является спад ЭУ госслужащих после 5-ти и до 10-ти лет профессиональной деятельности в системе госслужбы. После чего следует повышение уровня ЭУ. Однофакторный дисперсионный анализ показал, что фактор стажа государственной службы выступает причиной достоверных различий в уровне ЭУ госслужащих ($p < 0,05$). Данные однофакторного анализа указывают на то, что проблемной (кризисной) группой, с точки зрения, снижения уровня ЭУ госслужащих, является группа со стажем от 5-ти до 10 лет. Наиболее благополучными в отношении уровня ЭУ являются в равной степени группа со стажем от 1 года до 3 лет и группа со стажем от 10-ти до 15 лет. Таким образом, была выявлена нелинейная динамика ЭУ государственных служащих.

Специальному анализу подвергались данные, полученные на выборке государственных служащих с точки зрения их эмоциональной устойчивости (табл. 2).

Таблица 2

Процентное распределение показателей ЭУ у государственных служащих

Показатели ЭУ	%
Низкие	19
Средние	60
Высокие	21
Итого:	100

В таблице 2 можно увидеть, что высокая эмоциональная устойчивость отмечалась у 21% госслужащих, средняя – у 60% и низкая – у 19% госслужащих.

При дальнейшем анализе нами изучалась эффективность профессиональной деятельности и психологические характеристики у госслужащих из полярных групп – с низкой и высокой эмоциональной устойчивостью.

Экспертные оценки показали, что в группе лиц с низкой эмоциональной устойчивостью эффективность профессиональной деятельности как высокую оценивали 31,5%, среднюю – 25,1% и низкую – 45,4%; в группе же лиц с относительно высокой эмоциональной устойчивостью успешность профессиональной деятельности как высокую оценивали 49,3%, среднюю – 33,7% и низкую – 17,0% (табл. 3).

Таблица 3

Эмоциональная устойчивость и эффективность деятельности у государственных служащих (в %)

Показатель		Эмоциональная устойчивость	
		Низкая	Высокая
Успешность профессиональной деятельности	Высокая	31,5	49,3
	Средняя	25,1	33,7
	Низкая	45,4	17,0

То есть чем более эмоционально устойчивы госслужащие, тем выше у них показатели успешности профессиональной деятельности. Это на наш взгляд объясняется тем, что по мере снижения эмоциональной устойчивости снижаются функциональные резервы организма, и человек не может в полной мере противостоять стрессу и демонстрировать высокие показатели эффективности профессиональной деятельности.

Изучение эмоциональной направленности включало оценку уровня выраженности 10 типов эмоциональной направленности (ЭН) (альтруистическая, коммуникативная, глорическая, практическая, пуническая, романтическая, гностическая, эстетическая, гедонистическая, акизитивная) у госслужащих с различной эффективностью деятельности.

Анализ средних значений типов эмоциональной направленности госслужащих позволил выделить три совокупности типов ЭН.

В первой – выделены следующие типы ЭН: альтруистическая – (1 группа – с низким уровнем профвыгорания – 9,3; 2 группа – с высоким уровнем профвыгорания – 10,8); коммуникативная – (2 группа – 9,4; 1 группа – 10,5), практическая – (1 группа – 9,3; 2 группа – 9,8). Эти типы эмоциональной направленности имеют наибольшие значения и соответствуют содержанию и требованиям профессии.

Вторая совокупность включает эмоциональные направленности, связанные с гармоничным развитием личности, со средним уровнем выраженности: гностическую, эстетическую и гедонистическую ЭН.

В третью – вошли эмоциональные направленности с наименьшим уровнем выраженности, а именно: глорическая, пуническая, романтическая и акизитивная, не связанные с содержанием профессиональной деятельности.

Метод кластерного анализа подтвердил выделение трех совокупностей типов ЭН среди исследуемых групп. В содержательном плане альтруистическая, коммуникативная направленности характеризуют стремление оказать содействие, помощь; выразить сочувствие, стремление к эмоциональной близости с другими людьми – объединяют гуманистические ценности. Практическая ЭН, являясь отражением профессиональной деятельности, носит также гуманистический характер. Эти типы ЭН в совокупности и взаимосвязи мы назвали «гуманистическим» компонентом ЭН.

Определена вторая совокупность эмоциональных направленностей, в которую входят гностическая, эстетическая и гедонистическая, связанные с гармоничным развитием личности. ЭН. Выраженность данных направленностей является ресурсом для получения ценных позитивных эмоций. В этой связи, эта группа названа «гармонизирующим» компонентом.

Данные результаты можно рассматривать как стремление обследуемых госслужащих к реализации эмоции в профессиональной деятельности, отражающие их ценностные ориентации.

С целью исследования взаимосвязи между показателями уровня выраженности типов эмоциональной направленности и показателями выгорания был проведен корреляционный анализ (по Спирмену).

Обнаружены статистически достоверные взаимосвязи между показателем выгорания и эмоциональными направленностями, входящими в «гуманистический» и «гармонизирующий» компонент у госслужащих.

Выявлены достоверные отрицательные корреляции между суммарным показателем выгорания и суммарными показателями «гуманистического» (1 группа $r=-0.3$, 2 группа $r=-0.6$) и «гармонизирующего» (1 группа – $r=-0.3$, 2 группа – $r=-0.4$) компонентов эмоциональной направленности.

Корреляционный анализ позволил также выявить статистически достоверные зависимости между значениями выраженности типов эмоциональных направленностей и значениями фаз и отдельных симптомов выгорания.

Установлено для обеих групп госслужащих что, чем выше выраженность эмоцио-

нальных направленностей «гуманистического» и «гармонизирующего» компонентов, тем ниже значения следующих симптомов: фаза напряжения – «Загнанность в клетку» и «Неудовлетворенность собой»; фаза истощения – «Эмоциональный дефицит».

Существуют особенности взаимосвязи эмоциональных направленностей «гуманистического» компонента и симптомов выгорания характерные для каждой профессиональной группы.

В 1 группе госслужащих с высоким уровнем эффективности деятельности обнаружено обратная зависимость альтруистической и коммуникативной эмоциональных направленностей и показателей симптома фазы резистенции «Эмоционально-нравственная дезориентация» и симптома фазы истощения «Эмоциональная отстраненность», и практической эмоциональной направленности и симптома фазы истощения «Личностная отстраненность или деперсонализация».

2 группа госслужащих с относительно низким уровнем эффективности деятельности характеризуется корреляционными связями альтруистической и практической эмоциональной направленности и симптома фазы резистенции «Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование», кроме того, корреляционными связями альтруистической и коммуникативной эмоциональных направленностей и симптома фазы резистенции «Расширение сферы экономии эмоций».

Существуют особенности взаимосвязи эмоциональных направленностей «гармонизирующего» компонента и симптомов выгорания характерные для каждой профессиональной группы.

В 1 группе госслужащих обнаружено доминирующее влияние гностической эмоциональной направленности на значение симптома фазы напряжения «Неудовлетворенность собой», симптома фазы резистенции «Эмоционально-нравственная дезориентация» и симптом фазы истощения «Эмоциональный дефицит».

2 группа госслужащих характеризуется доминирующими корреляционными связями эстетической эмоциональной направленности и значения симптома фазы напряжения «Неудовлетворенность собой» и симптома фазы истощения «Эмоциональный дефицит».

Таким образом, результаты корреляционного анализа выявили статистически значимую обратную зависимость между уровнем выраженности альтруистического, коммуникативного, практического типов эмоциональной направленности («гуманистический» компонент) и гностического, эстетического и гедонистического типов эмоциональной направленности («гармонизирующий» компонент) и выраженностью показателей выгорания и эффективности деятельности у госслужащих.

Показатели удовлетворенности профессиональной деятельностью оценивались респондентами по 5–бальной системе. Показатель «Эмоциональное удовлетворение от содержания работы» в обеих группах госслужащих является определяющим показателем в оценке удовлетворенности профессиональной деятельностью, обладая наибольшими значениями (4,3). Престиж профессии и социальный статус в целом по выборке имеют средние значения, но госслужащими 1 группы престиж профессии оценивается выше ($p < 0,05$).

Установлено, что высокий уровень показателя «Эмоциональное удовлетворение от содержания деятельности» имеют большинство госслужащих (5 баллов – 48% 1 группа и 31% 2 группа; 4 балла – 37% 1 группа и 42% 2 группа). В то же время, установлено, что только у 14% госслужащих 2 группы и 6% госслужащих 1 группы обнаружена высокая «готовность сменить работу». Следовательно, для госслужащих из обеих анализируемых групп степень готовности сменить профессию оказалась ниже среднего уровня.

Таким образом, эмоциональное удовлетворение от содержания работы имеет наибольшую значимость для госслужащих. Это позволяет сделать вывод о ценности эмоционального компонента в оценке удовлетворенности профессиональной деятельности у

госслужащих.

Анализ взаимосвязи типов эмоциональной направленности и показателей удовлетворенности профессиональной деятельностью у госслужащих из обеих групп позволили выявить следующее.

Установлено, что чем чаще госслужащий испытывает во время профессиональной деятельности эмоциональные переживания гностического, эстетического и гедонистического содержания, тем выше показатели эмоционального удовлетворения от содержания работы, удовлетворения престижем и социальным статусом профессии, и выше показатель эффективности деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Чем более эмоционально устойчивы госслужащие, тем выше у них показатели эффективности профессиональной деятельности. Это на наш взгляд объясняется тем, что по мере снижения эмоциональной устойчивости снижаются функциональные резервы организма и человек не может в полной мере противостоять стрессу и демонстрировать высокие показатели эффективности профессиональной деятельности.

2. Обследованные группы госслужащих с различным уровнем эффективности деятельности характеризуются сходными профилями типов эмоциональной направленности, в которых зафиксированы два пика. Первый пик, названный «гуманистическим» компонентом профиля, включает альтруистический, коммуникативный и практический типы, а второй пик, названный «гармонизирующим» компонентом, – гностический, эстетический и гедонистический типы эмоциональной направленности.

3. Установлена отрицательная связь выраженности «гуманистического» и «гармонизирующего» компонентов в профиле типов эмоциональной направленности госслужащих с уровнем эффективности их деятельности. При высокой выраженности «гуманистического» и «гармонизирующего» компонентов отмечается высокая эффективность деятельности; напротив, при низкой выраженности указанных компонентов наблюдается низкий уровень эффективности деятельности.

4. Выявлены общие для госслужащих взаимосвязи между выраженностью «гуманистического» и «гармонизирующего» компонентов и уровнем отдельных симптомов выгорания. Выраженность обоих компонентов отрицательно связана с уровнем симптомов «загнанность в клетку», «неудовлетворенность собой» и «эмоциональный дефицит». Выраженность «гуманистического» компонента отрицательно связана с уровнем симптома «редукция профессиональных обязанностей», а выраженность «гармонизирующего» компонента – с уровнем симптома «эмоционально-нравственная дезориентация».

5. Показатели удовлетворенности госслужащих своей профессиональной деятельностью положительно связаны с высокой выраженностью «гуманистического» и «гармонизирующего» компонентов профиля эмоциональной направленности. Наиболее тесные положительные связи для обеих профессиональных групп наблюдаются между практической эмоциональной направленностью и показателем эмоционального удовлетворения от содержания работы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алябьев, А.А. Изучение и совершенствование эмоциональной устойчивости у курсантов военно-физкультурного вуза / А.А. Алябьев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 1 (35). – С. 67-73.

2. Варданян, Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости : категории, принципы и методы психологии. Психические процессы / Б.Х. Варданян. – М. : Наука, 1983. – 542 с.

3. Дьяченко, М.И. О подходах к изучению эмоциональной устойчивости / М.И. Дьяченко, В.А. Пономаренко // Вопросы психологии. – 1990. – № 1. – С. 87-94.

4. Митина, Л.М. Психологическая диагностика эмоциональной устойчивости учителя : учеб. пособие / Л.М. Митина. – М. : Медицина, 1992. – 95 с.
5. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / Д.Я. Райгородский. – Самара : Изд-во «Летопись», 2010. – 458 с.
6. Реан, А.А. К проблеме социальной адаптации личности / А.А. Реан // Вестник СПбГУ. Сер. экономики, философии, психологии, права. – 1995. – № 3. – С. 74-79.
7. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии : учеб. пособие / Е.В. Сидоренко. – СПб. : Речь, 2007. – 350 с.
8. Фарбей, В.В. Специальная психическая подготовка и эмоциональная устойчивость в системе многолетней тренировки зимних многоборцев / В.В. Фарбей // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 5 (51). – С. 47-54.
9. Щетинина, С.Ю. Интегральная оценка психоэмоциональной устойчивости школьников разных половозрастных групп в зависимости от среды / С.Ю. Щетинина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2010. – № 6 (64). – С. 107-111.

Контактная информация: my-internet@yandex.ru

УДК 796.42

МЕТОДИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ВЫБОРА СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ В МЕТАНИИ КОПЬЯ

Валентина Анатольевна Боровая, аспирант,

*Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Гомель, Республика Беларусь,*

Валерий Филиппович Костюченко, доктор педагогических наук, профессор,

*Национальный государственный университет физической культуры,
спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург
(НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург),*

Евгений Павлович Врублевский, доктор педагогических наук, профессор,

*Полесский государственный университет,
Пинск, Республика Беларусь*

Аннотация

Анализ научно-методической литературы и результаты собственных исследований позволяют найти новые возможности повышения экономичности техники метателей копья путем целенаправленного воздействия специальных упражнений на точность выполнения отдельных элементов финального усилия в соответствии с принципом динамического соответствия, когда тренирующие воздействия подбираются с учетом особенностей динамического механизма сложного двигательного действия спортсмена.

Ключевые слова: специальные упражнения, метание копья, техника выполнения, критерии.

METHODICAL ORIENTABILITY OF CHOICE OF THE SPECIAL EXERCISES IN JAVELIN THROW

Valentina Anatolevna Borovaja, the post-graduate student,

*Gomel State University of F.Skoriny,
Gomel, Byelorussia,*

*Valery Filippovich Kostjuchenko, the doctor of pedagogical sciences, the professor,
The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg,*

Evgenie Pavlovich Vrublevsky, the doctor of pedagogical sciences, professor,

*Polesky State University,
Pinsk, Byelorussia*

Annotation

The analysis of the scientifically methodical literature and results of our own researches allow us to find new opportunities to increase the techniques efficiency for the javelin-throwers by purposeful in-