

ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ

УДК 331.101.3

**ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО
ВОЗРАСТА, СКЛОННЫХ К ТРУДОГОЛИЗМУ**

О.В. Барина, Е.В. Алешина

Московский государственный психолого-педагогический университет
Центр тестирования и развития «Гуманитарные технологии», г. Москва

Рассматривается основное содержание понятия «трудоголизм», описываются причины развития трудовой зависимости, а также обосновывается взаимосвязь личностных особенностей и степени трудоголизма у женщин зрелого возраста. Представляются результаты эмпирического исследования личностных особенностей у женщин зрелого возраста, склонных к трудоголизму.

Ключевые слова: *трудоголизм, трудовая зависимость, личностные особенности, специфика трудоголизма у женщин зрелого возраста.*

В постоянно развивающемся обществе в результате развития рыночных преобразований, новых технологий, жесткой конкуренции и роста безработицы становится все больше женщин, которые отдают работе большую часть своего времени. Чрезмерное вовлечение в профессиональную деятельность, целеустремленность и независимость начинают «срабатывать» против них самих и – как следствие – их семей. Ради высоких заработков, продвижения по карьерной лестнице, а порой и для того, чтобы прокормить своих детей, женщины, работая сверхурочно и без отдыха, готовы подвергать свое психическое и физическое здоровье риску. Во всех странах наряду с ростом мужчин-трудоголиков отмечается увеличение числа женщин, попадающих в группу риска развития трудовой аддикции. На государственном уровне и со стороны работодателей должного внимания этой проблеме не уделяется. Связано это с тем, что трудовая зависимость выступает как социально одобряемая форма зависимого поведения.

Трудоголизм женщин имеет ряд специфических особенностей. Это связано с диффузией ролей современной женщины, многозадачностью ее деятельности. Так, Р.М. Грановская считает, что перед современной женщиной стоит непростая задача: ей нужно научиться совмещать две противоположные роли – семейную и профессиональную. При этом эти две социальные роли зачастую находятся в противоборствующих, взаимоисключающих позициях. Нередко также у таких женщин развивается «комплекс суперженщины», который состоит в потребности и стремлении быть не только идеальной матерью, дочерью и женой, но хорошим и успешным сотрудником, руководителем [5].

Несмотря на существование различных точек зрения по этому поводу, многие авторы склоняются к тому, что трудовоголизм вреден для человека, а особенно для женщины, поскольку эта зависимость снижает эффективность деятельности и наносит непоправимый ущерб здоровью. Если в более раннем возрасте негативное воздействие трудовоголизма на здоровье может не ощущаться, в зрелом возрасте существующие проблемы усугубляются.

Актуальность исследования. Психологические исследования современного трудовоголизма, а женского в частности, в России отстают от жизненной ситуации. Но есть значительные наработки теоретических знаний в аддиктологии, девиантологии, социальной и организационной психологии и психологии труда. А.Ю. Егоров, Е.П. Ильин, Н.Т. Колесник, Ц.К. Короленко, А.В. Ловаков, В.Д. Менделевич, Е.А. Орлова, Н.Н. Телепова и др. в своих работах поднимают вопросы о социально-организационных и психологических причинах трудовоголизма.

Центральным звеном в этом вопросе важна сама личность трудовоголика и ее психологические характеристики. И в настоящее время встает вопрос о выявлении наличия или отсутствия у людей не только социально-организационных и психологических причин трудовоголизма, но и индивидуально-личностной предрасположенности к нему.

Неустроенность личной жизни, материальные проблемы, давление со стороны работодателей, жизненный опыт родителей, специфика воспитания – основные причины формирования и актуализации трудовой зависимости. Помимо этого, ключевое значение в развитии трудовоголизма играет его поощрение в социуме, нередко трудовоголизм приветствуется и приравнивается к трудолюбию. Предрасположенность к трудовой зависимости приводит к ряду последствий: деградация личности, эмоциональные и личностные расстройства.

Именно поэтому необходимо более подробно изучать проблему трудовой зависимости женщин в зрелом возрасте с целью защиты ее от последствий этой деструктивной формы поведения, своевременного выявления и устранения профессиональных деформаций такого характера.

В научной литературе существует большое количество определений понятия «трудооголизм», однако единого мнения не существует. Резюмируя анализ литературы, трудовоголика можно охарактеризовать как человека, который на работу тратит максимальное количество времени и чрезмерные усилия в ущерб семейным отношениям и различным другим сферам жизни. Зарубежные психологи и психотерапевты, а также некоторые отечественные ученые склоняются к приравниванию трудовоголизма к психологической зависимости, сопровождающейся неподконтрольной потребностью непрерывно работать. Поскольку подходы к изучению трудовоголизма различаются у разных авторов, выделяемая структура феномена также различна. При

этом она характеризуется множеством классификаций видов трудоголизма. Самая примитивная классификация трудоголиков представлена истинными трудоголиками и трудоголиками-энтузиастами [8].

Существует большое количество теорий, описывающих трудоголизм. Среди них выделяется теория самодетерминации [9], которая утверждает, что у трудоголиков нарушено функционирование таких врожденных потребностей, как потребность в автономии, в компетентности и соотнесенности с другими людьми. В целом причинами трудоголизма принято считать: фактор воспитания; проблемы с организационной культурой на работе; избегание личностных проблем; высокую потребность в активности, подкрепленную генетическими особенностями; педантичность, потребность быть эффективным и совершенствоваться профессионально, достигать целей, несмотря ни на какие препятствия, манипулировать и управлять другими; факторы социально-психологического плана, способствующие развитию пограничных психических и поведенческих расстройств [1; 3; 4; 5; 7].

Жизнь женщины-трудоголика сопряжена с различными трудностями, такими как эмоциональное и когнитивное истощение, приводящее к психоэмоциональному выгоранию, преобладание негативных эмоций над позитивными, усиление рабочего стресса из-за неумения делегировать полномочия, частые жалобы на здоровье из-за неумения отдыхать и выполнять физические упражнения, состояние тревожности и депрессии, меньшая удовлетворенность жизнью, семейные проблемы, межличностные конфликты на работе, несовместимость семьи и работы и др. [2]. Также для женщин-трудоголиков свойственны следующие проявления: невротическая депрессия, истерический тип реагирования, различные вегетативные нарушения, обсессивно-фобические реакции. Фиксация на трудовой деятельности может выступать в качестве своеобразного защитного механизма ухода от реально существующих затруднительных ситуаций [6].

В целях проверки теоретических положений изучаемой проблемы личностных особенностей женщин зрелого возраста, склонных к трудоголизму, было проведено эмпирическое исследование на базе факультета Дистанционного обучения Московского государственного психолого-педагогического университета и Государственного унитарного предприятия «Главное архитектурно – планировочное управление». В исследовании приняли участие 46 женщин в возрасте от 26 до 50 лет.

Основой исследования стало предположение о том, что развитие трудоголизма у женщин зрелого возраста опосредовано их личностными особенностями. Для выполнения задач исследования особое значение имел тщательный подбор современного психодиагностического инструментария. Для проверки выдвинутой гипотезы были подобраны

следующие психодиагностические методики: голландская шкала трудовой зависимости DUWAS Dutch Work Addiction Scale (В. Шауфели, адаптация А.В. Ловакова); методика исследования личностных черт: пятифакторный личностный опросник «Большая пятерка» (Р. Мак-Крае, П. Коста, адаптация А.Б. Хромова); методика «Многомерная шкала перфекционизма» (П. Хьютт, Г. Флетт, адаптация И.И. Грачевой). сравнительный анализ личностных особенностей женщин с разной степенью зависимости от работы (табл. 1).

Таблица 1

Сравнительный анализ личностных особенностей женщин с разной степенью зависимости от работы при помощи критерия Краскала-Уоллеса

	Нет зависимости от работы		Средний уровень зависимости		Трудоголизм		Значимость
	Среднее	Станд. откл.	Среднее	Станд. откл.	Среднее	Станд. откл.	
Экстраверсия	56,91	8,240	47,56	8,556	46,35	7,818	0,011
Привязанность	52,09	9,772	49,17	8,487	43,71	5,839	0,025
Самоконтроль	46,00	9,209	52,67	11,515	57,12	6,123	0,021
Эмоциональная устойчивость	55,18	5,437	52,28	7,490	53,24	8,714	0,673
Экспрессивность	56,55	6,235	55,61	7,484	52,00	9,260	0,420

Далее анализировался уровень перфекционизма в исследуемых группах (табл. 2).

Таблица 2

Сравнительный анализ склонности к перфекционизму у женщин с разной степенью зависимости от работы при помощи критерия Краскала-Уоллеса

	Нет зависимости от работы		Средний уровень зависимости		Трудоголизм		Значимость
	Среднее	Станд. откл.	Среднее	Станд. откл.	Среднее	Станд. откл.	
Перфекционизм, направленный на себя	69,00	7,127	83,17	10,159	83,88	10,469	0,001
Перфекционизм, ориентированный на других	52,18	7,653	53,50	12,094	57,18	13,044	0,527
Социально предписанный перфекционизм	56,91	3,177	59,72	10,174	58,47	12,125	0,695
Общий показатель перфекционизма	178,09	8,252	196,44	28,792	199,18	24,055	0,034

Далее рассматривались корреляционные взаимосвязи между

исследуемыми показателями (табл. 3). Нас интересовали взаимосвязи между показателями трудоголизма и личностными особенностями респондентов.

Таблица 3
Корреляционный анализ показателей трудоголизма и личностных особенностей женщин при помощи критерия Спирмена

		Черезмерность работы	Навязчивость работы
Экстраверсия	Коэфф. корр.	-,272	-,384**
	Значимость	,067	,008
Привязанность	Коэфф. корр.	-,272	-,413**
	Значимость	,067	,004
Самоконтроль	Коэфф. корр.	,462**	,404**
	Значимость	,001	,005
Эмоциональная устойчивость	Коэфф. корр.	-,072	,056
	Значимость	,633	,713
Экспрессивность	Коэфф. корр.	-,119	-,303*
	Значимость	,432	,040
Перфекционизм, направленный на себя	Коэфф. корр.	,534**	,423**
	Значимость	,000	,003
Перфекционизм, ориентированный на других	Коэфф. корр.	,266	,126
	Значимость	,073	,403
Социально предписанный П.	Коэфф. корр.	,268	,091
	Значимость	,071	,549
Общий П.	Коэфф. корр.	,460**	,310*
	Значимость	,001	,036

** - корреляция значима на уровне 0,01

* - корреляция значима на уровне 0,05

В ходе проведения исследования по проблеме личностных особенностей женщин зрелого возраста, склонных к трудоголизму, были сделаны следующие выводы:

Женщины-трудоголики и женщины со средней степенью зависимости от работы в большей степени склонны к обособленности, у них существенно выше самоконтроль и при этом ниже экстраверсия. Они более замкнуты в себе, не стремятся привязываться к людям и склонны усиленно контролировать себя. В то же время эмоциональная устойчивость и экспрессивность не отличаются в исследуемых группах.

Анализ показал, что среди женщин, зависящих от работы, наблюдается тенденция к более высоким ожиданиям от себя в сравнении с другими. Сравнительный анализ выявил достоверное различие по

показателю перфекционизма, направленного на себя. Данный показатель существенно выше в группе со средней и высокой зависимостью от работы. Помимо этого, значимое различие было обнаружено по общему показателю перфекционизма. Выше всего он выражен у трудоголиков и респондентов со средней зависимостью от работы, тогда как у женщин, не имеющих зависимости, он проявляется на среднем уровне.

Было установлено, что, чем выше склонность женщин «злоупотреблять» работой, посвящая ей всё своё время, тем выше у них самоконтроль и требования к себе, а также общее стремление делать всё идеально.

Исследование показало, что, чем выше склонность женщин быть зависимой от работы, тем выше ее самоконтроль и требования к себе, а также общее стремление делать всё идеально, при этом тем ниже ее общительность, стремление быть ближе к людям и эмоциональность.

Сделанные выводы позволяют заключить, что общая гипотеза исследования получила свое подтверждение: развитие трудоголизма у женщин зрелого возраста опосредовано их личностными особенностями.

Подтвердились и частные гипотезы исследования:

1. Интровертированные женщины наиболее подвержены развитию трудовой зависимости, чем экстравертированные.

2. Трудоголизм возникает у женщин с повышенным уровнем самоконтроля.

3. Женщины-перфекционистки чаще всего являются трудоголиками.

В заключение хотелось бы отметить, что проблема трудоголизма является чрезвычайно многоплановой и требующей комплексного структурированного изучения, которое невозможно уместить в рамки одного эмпирического исследования.

Для дальнейшего исследования интересны проблемы применения системного подхода в работе с лицами, предрасположенными к зависимости от работы, расширение применения методик психодиагностического инструментария и приемов психокоррекционной работы (тренинги, индивидуальные консультации).

Результаты данного эмпирического исследования могут быть применены в рамках консультативной работы с трудоголиками и лицами, склонными к трудовой зависимости. Также данные, полученные в настоящей работе, могут применяться при подготовке и проведении лекций по профилактике трудоголизма в организациях, на курсах повышения квалификации разных специалистов, в учебных, медицинских учреждениях.

Список литературы

1. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Питер, 2018. 336 с.
2. Ильин Е.П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. СПб.: Питер, 2011. 224 с.
3. Наричын Н.Н. Трудоголики, или Бегство в никуда // Семейная психология: приложение к журналу «Домашняя аптека». 2003. № 29. С. 35–41.
4. Николаев Е.Л. Пограничные расстройства как феномен психологии и культуры. Чебоксары: Изд-во Чуваш. ун-та, 2006. 384 с.
5. Практикум по гендерной психологии / под ред. И.С. Клециной. СПб.: Питер, 2009. 496 с.
6. Ушакова В.Р. Этнопсихологические особенности личности, склонной к трудоголизму // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2018. Т. 4. № 2. С. 87–98.
7. Хромов А.Б. Пятифакторный опросник личности: учеб.-метод. пособие. Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2000. 23 с.
8. Urke R.J., Richardsen A.M., Martinussen M. Psychometric properties of Spence and Robbins' measures of workaholism components. Psychological Reports. 2002. № 91. P.1098–1104.
9. Schaufeli W.B., Salanova M. Work engagement: An emerging psychological concept and its implications for organizations. In S.W. Gilliland, D.D. Steiner, D.P. Skarlicki (eds.). Research in social issues in management. 2007. Vol. 5. P. 135–177.

PERSONAL CHARACTERISTICS OF WOMEN OF MATURE AGE PRONE TO WORKAHOLISM

O.V. Barinova, E.V. Aleshina

Moscow State University of Psychology and Education
Center of development and testing «Humanitarian technologies», Moscow

The article deals with the main content of the concept of workaholism, describes the causes of the development of labor dependence, and also establishes the relationship between personal characteristics and the degree of workaholism in women of adulthood. The article presents the results of an empirical study of personality characteristics in women of mature age prone to workaholism

Keywords: *workaholism, labor dependency, personality traits, specificity of workaholism in mature women.*

Об авторах:

БАРИНОВА Оксана Владимировна – кандидат психологических наук, профессор, Московский государственный психолого-педагогический университет (127051 Москва ул. Сретенка, 29), e-mail: ox16barin@yandex.ru

АЛЕШИНА Елена Викторовна – психолог, консультант по работе с клиентами, Центр тестирования и развития «Гуманитарные технологии» (121170, г. Москва, Кутузовский пр-т, 36, стр. 3), e-mail: aleshinaev@fdomgppu.ru