

ИЗУЧЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ СПЕЦИАЛИСТОВ ОБРАЗОВАНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Мамонова Е. Б., Соловьева Е. В.

В статье рассматривается проблема исследования качества жизни специалистов системы отечественного образования. Актуальность выбранной темы обусловлена тем, что качество жизни специалистов образования оказывает опосредованное влияние на эффективность процесса воспитания и образования подрастающего поколения. Специалисты образования являются образцом для развития у молодёжи субъективных представлений о качестве жизни. В статье представлены основные определения качества жизни в рамках отечественных и зарубежных теоретико-экспериментальных психологических исследований. В статье также приводятся данные, полученные в процессе опытно-экспериментального исследования. Результаты опроса 42 специалистов образования в возрасте 22-66 лет свидетельствуют о том, что наибольшее влияние на качество их жизни оказывают: здоровье, семья (отношения с близкими людьми), удовлетворенность работой и личные достижения.

Ключевые слова: специалист образования, качество жизни, субъективная оценка качества жизни, организационный стресс, удовлетворенность трудовой деятельностью.

STUDYING THE QUALITY OF LIFE OF EDUCATION SPECIALISTS IN MODERN CONDITIONS

Mamonova E. B., Solovieva E. V.

The article deals with the problem of studying the quality of life of specialists of the national education system. The relevance of the chosen topic is due to the fact that the quality of life of educational specialists has an indirect effect on the effectiveness of the process of upbringing and education of the younger generation. Education specialists are a model for the development of subjective ideas about the quality of life among young people. The article presents the main definitions of the quality of life in the framework of domestic and foreign theoretical and experimental psychological research. The article also provides data obtained in the process of experimental research. The results of a survey of 42 education professionals aged 22-66 years indicate that the greatest impact on their quality of life is exerted by: health, family (relationships with loved ones), job satisfaction and personal achievements.

Keywords: education specialist, quality of life, subjective assessment of quality of life, organizational stress, job satisfaction.

Введение

Выбор исследования параметров качества жизни специалистов образования (учителей, воспитателей, социальных педагогов, педагогов-психологов) не случаен и является особенно актуальным в настоящее время. Специалисты образования постоянно взаимодействуют подрастающим поколением и оказывают сильное влияние на процесс воспитания и их образование. Специалисты образования являются образцом для развития у молодёжи субъективных представлений о качественной жизни [3]. Благополучие жизни специалистов образования гарантирует психологическую безопасность, здоровье и успешность обучения учащихся [5].

К исследованиям качества жизни человека, к анализу его составляющих в настоящее время отмечается высокий научный интерес [10]. Теоретические предпосылки к таким исследованиям имели место еще со времен Древней Греции, с утверждения Аристотеля, что «цель государства – это совместное продвижение к высокому качеству жизни» [1, С. 117]. Социологи Э. Дюркгейм, М. Вебер, А. Смит внесли заметный вклад в теоретические основы концепции качества жизни. Экономист Д. Гэлберт в 60-х годах XX столетия первый ввёл понятие «качество жизни».

Специалисты из разных отраслей науки обсуждают и исследуют качество жизни человека, его составляющие. Психологи исследуют субъективную составляющую понятия качества жизни, то, как личность воспринимает свою жизнь, изучают, что оказывает влияние на удовлетворенность жизнью и ее благополучие. Экономисты изучают уровень благосостояния и обеспеченности человека. Для медицины важно, в первую очередь, физическое здоровье и функциональное состояние человека. «Оценка качества жизни охватывает широкий спектр вопросов. В настоящее время нет единогласия в понимании, какие явления обозначать термином качество жизни и вопрос остается дискуссионным» [6, С. 109].

Выделим несколько основных определений качества жизни из всего того разнообразия понятий, которые даются отечественными и зарубежными исследователями проблем качества жизни.

М.В. Федоров, Е.Е. Задесенец в своих работах дают следующее определение качества жизни – это «комплекс характеристик жизнедеятельности индивида, группы, населения, обуславливающих оптимальное ее протекание, а также адекватность параметров жизни основным видам деятельности и потребностям человека – биологическим, материальным, духовным» [11, С. 41]. Т.Н. Савченко, Г.М. Головина пишут, что качество жизни – это «совокупность жизненных ценностей, характеризующих созидательную деятельность, удовлетворение потребностей и развитие человека (групп населения, общества), удовлетворенность людей жизнью, социальными отношениями и окружающей средой» [8, С. 170]. Г.М. Зараковский трактует качество жизни как «оценочная категория, обобщенно характеризующая параметры составляющих жизни (жизненного потенциала, жизнедеятельности и условий жизнедеятельности) по отношению к некоторому эталону» [2, С. 319]. Отечественный ученый А.И. Суббето определяет качество жизни «как систему духовных, материальных, социокультурных, экологических и демографических компонентов жизни» [9, С. 170]. Под качеством жизни зарубежные исследователи понимают «комплексную характеристику социально-экономических, политических, культурно-идеологических, экологических факторов и условий существования личности, положения человека в обществе» [6, С. 111].

Таким образом, обобщим предложенные исследователями определения, под качеством жизни понимается «комплексная характеристика уровня и условий жизнедеятельности людей, отражающих степень удовлетворения ими различных потребностей и субъективное восприятие жизни и ее отдельных аспектов» [4, С. 105].

К исследованию и оценке качества жизни специалисты применяют объективный и субъективный подходы. В первом случае учитывают, к примеру, такие объективные показатели, как уровень материального дохода, социальный статус, образование и др. Субъективный подход рассматривает и принимает во внимание то, как личность воспринимает и оценивает сам свое благополучие, удовлетворение своих потребностей. С точки зрения психологической науки «наиболее важна субъективная составляющая понятия качество жизни, так как она связана с восприятием субъектом качества жизни через личностные структуры: ценностные ориентации, потребности, чувства, мотивы деятельности и т.д.» [7, С. 50].

Таким образом, в нашем исследовании мы рассматривали понятие качество жизни специалистов образования как психологическую категорию, и то, как оно сказывается на их психологическом и физическом здоровье. Для нас важно, каким образом специалисты образования субъективно воспринимают и оценивают качество своей жизни, и что влияет на их удовлетворенность своей жизнью в целом.

Материалы и методы

Цель проведенного нами исследования:

1. Определить субъективное восприятие специалистами образования качество своей жизни и удовлетворенность различными его составляющими.
2. Выявить и изучить психологические факторы возможного влияния на качество жизни специалистов образования.

Объект исследования: качество жизни специалистов образования.

Предмет исследования: психологические факторы, определяющие субъективную удовлетворенность качеством жизни специалистов образования, и влияющие на их качество жизни.

Нами была поставлена следующая гипотеза: на качество жизни специалистов образования оказывают влияние комплекс факторов: степень удовлетворенности трудовой деятельностью, уровень стресса в профессиональной среде, индивидуальные личностные характеристики, потребность в общении с близкими людьми и социальной поддержке, оптимистическое гибкое мышление и состояние здоровья.

Нами были поставлены следующие задачи:

1. Теоретически проанализировать проблему качества жизни, выделить психологические факторы качества жизни.
2. Разработать пакет диагностического инструментария и подобрать методики для исследования субъективной удовлетворённости специалистов образования психологическими компонентами качества своей жизни.
3. Проанализировать степень удовлетворенности психологическими компонентами качества жизни специалистов образования.
4. Выявить и изучить возможное влияние показателей психологических факторов на качество жизни специалистов образования.
5. Сформулировать выводы на основании проведенного исследования.

В работе использовались следующие методы:

Общенаучный метод: анализ научной и методической литературы, обобщение, сравнение и систематизация.

Эмпирический метод: психодиагностическое тестирование с использованием методик:

1. Для изучения качества жизни специалистов образования нами была выбрана методика оценки качества жизни модификации Н.Е. Водопьяновой.
2. Для изучения устойчивости к организационному стрессу нами была выбрана методика измерения уровня организационного стресса Маклина. Методика оценивает сформированность пяти показателей: способность самопознания, широта интересов, принятие ценностей других, гибкость поведения, активность и продуктивность.
3. Для выявления субъективной оценки удовлетворенности работой специалистами образования нами использован опросник оценки удовлетворенности работой В.А. Розановой.
4. Для определения индивидуального отношения к событиям жизни, гибкости мышления, склонности к пессимизму или к оптимизму нами был выбран тест на определение типа мышления Э. Эпель.

В исследовании принимали участие специалисты в сфере образования города Нижнего Новгорода и Нижегородской области. Исследование проводилось на базе Нижегородского института развития образования.

В изучаемую группу вошли психологи-педагоги (36 человек), социальные педагоги (4 человека), воспитатели (2 человека). В общем количестве – 42 человека, из них 41 человек – женщины, 1 человек – мужчина. Возраст испытуемых 22 - 66 лет.

Результаты исследования

Анализ результатов исследования качества жизни по «Шкале оценки качества жизни» модификации Н.Е. Водопьяновой показал, что у 33% специалистов образования высокий уровень качества жизни, у 57% - средний уровень качества жизни, у 10% - низкий уровень

качества жизни. Итоговый показатель качества жизни соответствует среднему уровню. То есть можно сказать, что специалисты образования удовлетворены качеством жизнью в целом.

Результаты исследования по методике «Шкала оценки качества жизни» в модификации Н.Е. Водопьяновой отражены на рис. 1:

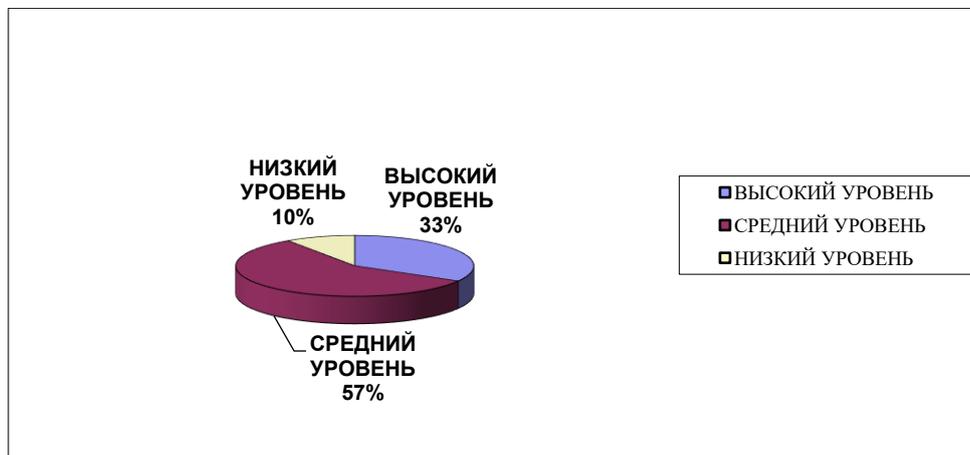


РИСУНОК 1. РЕЗУЛЬТАТЫ ПО МЕТОДИКЕ «ШКАЛА ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ» В МОДИФИКАЦИИ Н.Е. ВОДОПЬЯНОВОЙ

Анализ результатов исследования качества жизни по отдельным параметрам жизнедеятельности по «Шкале оценки качества жизни» в модификации Н.Е. Водопьяновой показал, что у специалистов образования высокий уровень удовлетворенности такими сферами жизнедеятельности, как «Личные достижения», «Общение с близкими людьми» (родственниками, друзьями), «Оптимистичность».

Анализ результатов исследования показал, что специалистами образования демонстрируется сниженная субъективная оценка своего личного здоровья и функционального состояния (низкий уровень удовлетворённости).

Результаты исследования показывают, что чем хуже специалисты образования оценивают своё состояние здоровья, то тем ниже выявляется у них уровень качества жизни. Состояние физического здоровья оказывает сильное влияние на удовлетворенность своей жизнью в целом и на качество жизни.

Анализируя полученные результаты, можно сказать, чем ниже у специалистов образования уровень жизни по всем сферам жизнедеятельности (низкая субъективная удовлетворенность), тем отмечается более низкий уровень качества жизни специалистов в целом.

Результаты исследования по методике «Шкала оценки качества жизни» в модификации Н.Е. Водопьяновой по отдельным параметрам жизнедеятельности отражены на рис. 2:

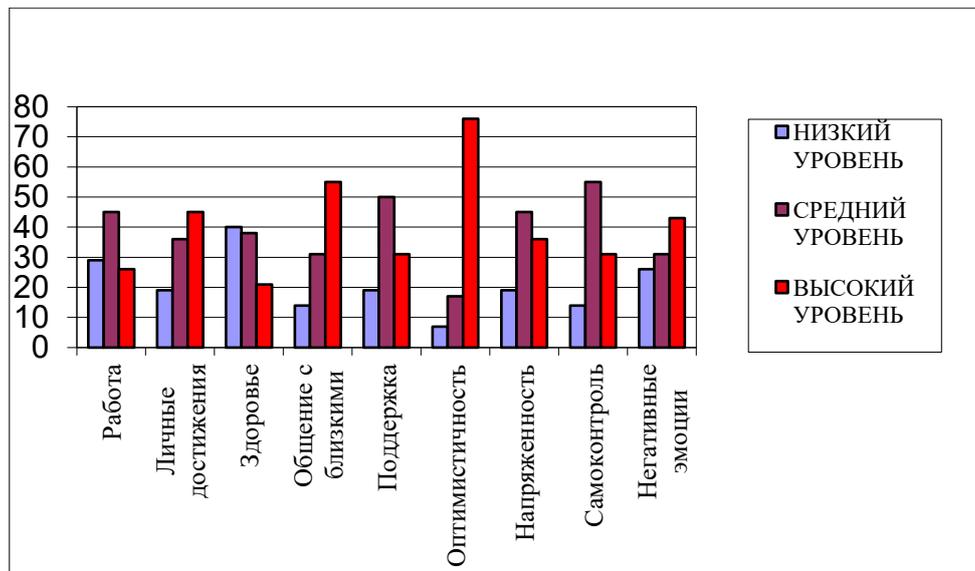


РИСУНОК 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ПО МЕТОДИКЕ «ШКАЛА ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ» В МОДИФИКАЦИИ Н.Е. ВОДОПЬЯНОВОЙ

Рассмотрим результаты исследования по методике «Шкала организационного стресса» Маклина (в адаптации Н.Е. Водопьяновой). Анализируя полученные данные, можно сказать, что уровень организационного стресса у специалистов образования высокий. Для 50% специалистов образования свойственна высокая восприимчивость к организационному стрессу, и они относятся к типу личности «А». Для данного типа личности свойственны высокая восприимчивость к организационному стрессу и наивысший риск развития сердечных заболеваний. Можно сказать, что у большинства специалистов образования в обследуемой выборке выявлены неблагоприятные предпосылки в состоянии здоровья.

Стрессогенность профессиональной деятельности специалистов образования обуславливается наличием стрессоров не только объективного, но и субъективного характера. Субъективные факторы признаны основными факторами, определяющими функциональное и психоэмоциональное состояние специалистов образования.

По результатам исследования дополнительных показателей организационного стресса выявлено, что высокий уровень организационного стресса у специалистов образования в большей степени вызван следующими субъективными факторами: негибкостью поведения, работе на пределе своих возможностей и несоблюдение оптимального сочетания труда и полноценного отдыха. Всё это плохо сказывается на их здоровье, и соответственно на качестве жизни.

Результаты исследования по методике «Шкала организационного стресса» Маклина (в адаптации Н.Е. Водопьяновой) отражены на рис. 3:

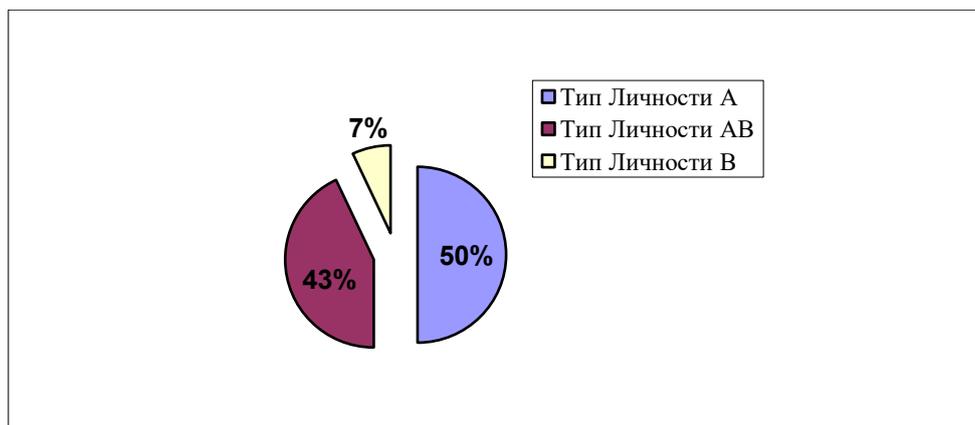


РИСУНОК 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ПО МЕТОДИКЕ «ШКАЛА ОРГАНИЗАЦИОННОГО СТРЕССА» МАКЛИНА (В АДАПТАЦИИ Н.Е. ВОДОПЬЯНОВОЙ)

Рассмотрим результаты исследования по методике «Удовлетворенность работой» В.А. Розановой. Нет полной удовлетворённости условиями трудовой деятельности у большинства (48%) опрошенных специалистов образования. Удовлетворенность работой оказывает сильное влияние на удовлетворенность человека жизнью в целом, на его качество жизни. Результаты исследования по методике «Удовлетворенность работой» В.А. Розановой отражены на рис. 4:

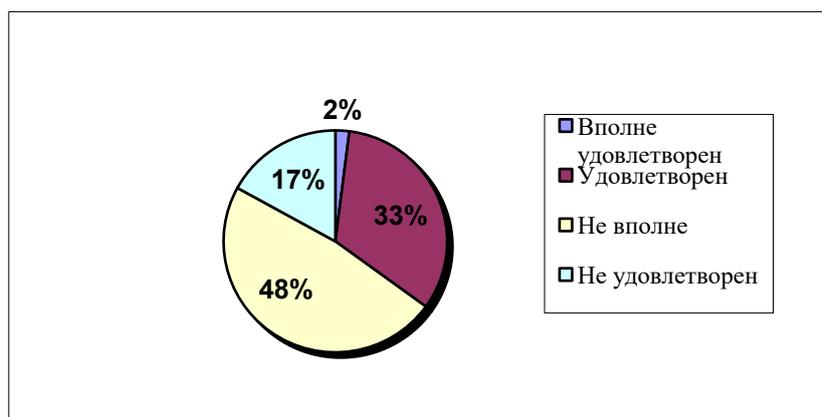


РИСУНОК 4. РЕЗУЛЬТАТЫ ПО МЕТОДИКЕ «УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ РАБОТОЙ» В.А. РОЗАНОВОЙ

Мы сравнили результаты испытуемых с высоким уровнем организационного стресса и степенью неудовлетворенности своей работой и выявили что, чем больше неудовлетворенность специалистом образования своей работой, тем больше уязвимость его к профессиональным стрессам и переживанию эмоционального выгорания, хронической усталости. Это существенно сказывается на здоровье специалиста, вызывает в его состоянии сильный физический и психологический дискомфорт и напряжение.

Анализируя полученные результаты, можно сказать, что чем выше отмечается у специалиста образования уровень качества жизни, тем меньше у него уровень организационного стресса, и такой специалист удовлетворен своей работой и своим здоровьем.

Анализ результатов исследования по методике определения типа мышления Эпель показывает, что у большинства специалистов образования (71%) высокая склонность к оптимизму. Гибкое мышление, образ и содержание мыслей, позитивное оптимистическое отношение к жизненным событиям и ситуациям оказывают влияние на восприятие человеком своей жизни, на её удовлетворенность, на качество жизни, на его психическое и физическое здоровье. Оптимизм является ключевым компонентом в защите личности от дистресса. Чем более оптимистичнее восприятие окружающей действительности отмечается у специалистов образования, тем выше у таких специалистов качество жизни.

Обсуждение и заключение

В заключении важно отметить, что проведенное исследование выявило и подтвердило гипотезу нашего исследования, что на удовлетворенность качеством жизни специалистов образования оказывают влияние многие факторы: личные достижения, общение с близкими людьми, оптимистичность, физическое здоровье, степень удовлетворенности различными аспектами трудовой деятельности, уровень профессионального стресса и индивидуальные личностные характеристики.

Качество жизни каждого специалиста образования зависит от сочетания разных параметров жизнедеятельности личности, но при этом наибольшее влияние на качество жизни оказывают: физическое здоровье, семья (отношения с родными и близкими людьми), удовлетворенность работой и личные достижения.

Опираясь на полученные данные по изучению восприимчивости к организационному стрессу, можно рекомендовать психологическим службам в образовательных учреждениях выработать различные направления психологической помощи специалистам образования и профилактику развития профессиональных стрессов в образовательной среде. Использовать в своей работе соответствующие психологические методики повышения поведенческой гибкости специалистов образования в трудовой деятельности (тренинговые упражнения, методы эмоциональной саморегуляции). Специалистам образования надо быть более внимательными к своему физическому и эмоциональному состоянию, важно следить за состоянием своего здоровья.

Список использованных источников

1. Айвазян С.А. Интегральные индикаторы качества жизни населения: их построение и использование в социально-экономическом управлении и межрегиональных сопоставлениях. М.: ЦЭМИ РАН, 2017. 117 с.
2. Зараковский Г.М. Качество жизни населения России: Психологические составляющие. М.: Смысл, 2009. 319 с.

3. Марцияш А.А., Новик А.А., Матвеев С.А., Ионова Т.И. «Качество жизни» в практике клинициста // Медицина в Кузбассе .2006. Спецвыпуск № 9. 9 с.
4. Морозова Е.А., Шабашев В.А. Уровень жизни, качество жизни, социальная защищенность - общее и особенное // Вестник Кузбасского государственного технического университета. 2005. №6 (51). С. 103-109.
5. Павлова О.С. Факторы, влияющие на восприятие качества жизни педагогов коррекционных школ [Электронный ресурс] // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2014. № S26. С. 6–10. URL: <http://e-koncept.ru/2014/14803.htm> (дата обращения 10.10.2023).
6. Рубанова Е.Ю. Теоретические аспекты качества жизни в контексте психологии [Электронный ресурс] // Ученые заметки ТОГУ. 2014. Том 5. № 3. С. 108–115. URL: https://pnu.edu.ru/media/ejournal/articles-2014/TGU_5_124.pdf (дата обращения 10.10.2023).
7. Ряхова Е.В. Психологический анализ качества жизни // Вестник магистратуры. Йошкар-Ола. 2015. № 2(41). Том II. С. 49-51
8. Савченко Т.Н., Головина Г.М. Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2006. 170 с.
9. Субетто А.И. Управление качеством и выживаемость человека // Стандарты и качество. 2011. № 1, 2, 3. С. 39-48.
10. Фоминых Е.С. Особенности субъективного качества жизни педагогов коррекционных школ г. Оренбурга [Электронный ресурс] // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2014. № S26. С. 1–5. URL: <https://e-koncept.ru/2014/14802.htm#>: (дата обращения 10.10.2023).
11. Федоров М.В., Задесенец Е.Е. Качество жизни и его оценка // Проблемы психологии и эргономики. 2000. Вып. 1. С. 41-46.

Мамонова Елена Борисовна, кандидат психологических наук, доцент, НГПУ им. К.Минина, Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: meb800@mail.ru, тел. 89107955615

Соловьева Елена Владимировна, магистрант, НГПУ имени К. Минина, Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: eso77@yandex.ru, тел. 89875393895

Mamonova Elena Borisovna, Ph.D. in Psychology, Associate Professor, NSPU named after K. Minin, Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: meb800@mail.ru, tel. 89107955615

Solovieva Elena Vladimirovna, master's student, K. Minin NGPU, Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: eso77@yandex.ru , tel. 89875393895

5.3.4 Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред

9 стр.