

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2023, Том 11, № 2 / 2023, Vol. 11, Iss. 2 <https://mir-nauki.com/issue-2-2023.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/51PSMN223.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Яблокова, М. А. Характеристики психологических границ у лиц с признаками рабочегоголизма /

М. А. Яблокова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т. 11. — № 2. — URL:

<https://mir-nauki.com/PDF/51PSMN223.pdf>

For citation:

Yablokova M.A. Characteristics of psychological boundaries in persons with signs of workaholism. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2023; 11(2): 51PSMN223. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/51PSMN223.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

Яблокова Мария Александровна

ФГАОУ ВО «Новосибирский государственный университет экономики и управления», Новосибирск, Россия

Аспирант

E-mail: applekova@mail.ru

Характеристики психологических границ у лиц с признаками рабочегоголизма

Аннотация. В статье представлен анализ современных подходов к изучению особенностей психологических границ лиц с признаками рабочегоголизма. Рассмотрены понятия, предикторы и последствия на характеристики личности у лиц с выраженным трудовоголизмом. Подробно рассмотрены признаки проявления трудовогоголизма и отображён анализ мышления и сознания личности с чертами рабочегоголизма. Раскрыта тема самодеструктивного поведения и признака аддитивного агента — работы. Отражена классификация лиц с трудовоголизмом по В. Кукк и О. Весниной. Выявлены характеристики психологического пространства личности, проведен методолого-теоретический анализ природы психологического пространства человека как личности, субъекта, «Я». Проведен анализ топологических категорий психологического пространства в отечественной и зарубежной психологии. Раскрывается модель психологической дистанции как особой категории психологических границ личности. Выполнен анализ моделей «границ Я» в современной психологии. В результате эмпирического исследования представлены методики, использованные в процессе работы для оценивания особенностей психологических границ у лиц в признаки рабочегоголизма, описано обоснование выборки и методы статистической обработки. В анализе результатов выявлено у лиц с выраженными признаками рабочегоголизма в большей степени выражены дефицитарные внешние психологические границы и дефицитарное внешнее Я отграничение, что характеризуется невозможностью отказывать другим тем самым разграничивать себя и других, оперативное несоответствие внешние границы личности показывает трудность процесса регуляции отношений личности с внешней реальностью. Понимание данных нарушений психологических границ поможет регулированию качества жизни лиц с признаками трудовогоголизма и пониманию и направлению специфики психологической коррекции лиц с данными признаками.

Ключевые слова: психологические границы; трудовоголизм; рабочегоголизм; предикторы трудовогоголизма; особенности личности трудовоголика; психокоррекция внешних психологических границ рабочегоголиков; недостаточность внешней границы Я; регуляция отношений у лиц с трудовоголизмом

Введение (актуальность)

В современном обществе транслируется положительное отношение к личностям, которые все больше времени и сил тратят на профессиональную трудовую деятельность. Общество делится на тех, кто получает истинное удовлетворение и профессиональную реализацию на работе и тех, кто непомерно находится на работе, отдавая свою предпочтение больше, чем личной жизни или же общению с близкими людьми, что вызывает зависимость от трудовой деятельности. Проблема работоголизма поднимается все чаще и становится все более актуальной. Большая часть экспериментальных исследований по актуализации темы работоголизма имеют нарративный, описательный, корреляционный макет и не раскрывают в полной мере психологические предикторы и устройство появления, и наличие признаков зависимости от деятельности, связанной с работой. Актуальные современные обзоры на мотивацию лиц с признаками работоголизма и исследование многих факторов различных черт трудооголиков (характеристик увлеченностью работой) предполагают вероятность более глубокого и точного анализа проблематики возникновения работоголизма и понимания природы черт этой зависимости. В общем, автор статьи рассматривает склонность личности к чертам и признакам работоголизма как негативный образ зависимости. На первый взгляд трудооголизм имеет ряд выгод для работников, таких как увлеченность трудовой деятельностью — получение удовлетворения финансовых и социальных потребностей, однако в рассмотрении долгосрочной перспективы он характерен негативными последствиями как для организации, так и для самого работника. Работодателю определенно прибыльнее привлекать усердных и увлеченных, а не одержимых работой сотрудников. Просто поощрения для этого недостаточно, важно построить рабочий процесс как увлекательную деятельность с процессом достижения цели.

Актуальность заключается в том, что наша работа сможет послужить теоретическим обоснованием и практическим руководством для исследования и психологической работы с людьми, у которых есть признаки работоголизма, который обуславливает чрезмерное эмоциональное напряжение, что в большинстве случаев приводит стрессу и соматическим заболеваниям. Этой проблемой занимаются такие исследователи, как А.В. Ловаков [1], Е.П. Ильин [2], Е.А. Климов [3], А.Ю. Егоров [4].

Объект исследования: психологические особенности лиц с работоголизмом.

Предмет исследования: Характеристики психологических границ у лиц с работоголизмом.

Цель данной работы заключается в выявлении особенностей характеристик психологических границ у лиц с трудооголизмом.

Цель исследования предполагает решение следующих задач.

1. Провести теоретико-методологический анализ понятия «психологические границы» у лиц с трудооголизмом, систематизировать подходы к изучению данной темы.
2. Сформировать группы лиц с признаками работоголизма и лиц без признаков работоголизма.
3. Исследовать особенности психологических границ у лиц с работоголизмом.
4. Сравнить полученные данные и сделать вывод об особенностях психологических границ у лиц с работоголизмом.

Новизна нашей работы заключается в рассмотрении характеристик личностных психологических границ у лиц с работоголизмом.

Практическая значимость исследования заключается в изучении реакции на упорядочение и нормализации функции границ психологического пространства у исследуемого типа, что поможет установить специфику психокоррекции лиц с работооголизмом.

Методы и материалы исследования

Проведен теоретический анализ и синтез существующих исследований и теоретических обоснований о лицах с выраженным трудооголизмом. Использован Тест Э. Хартмана «Психологические границы», Я — структурный тест Аммона, тест на определение работооголизма Б. Киллинджера, опросник «Работооголизм» (Е.П. Ильин) Используются методы математической статистики и анализа данных.

В нашей работе для определения работооголизма мы использовали опросник на определение работооголизма (Б. Киллинджер) и опросник на выявление работооголизма Е.П. Ильина. в итоге результаты обоих опросников продублировали результаты.

Под определением Работооголизма мы будем подразумевать зависимость от трудовой деятельности, которая обладает гиперзначимостью и характеризуется чрезмерной важностью выполнения должностных трудовых инструкций [5]. Невозможность лица с признаками работооголизма наслаждаться и чувствовать удовольствие от отдыха и проведения времени вне работы и вне трудовых обязанностей [6]. А также уходом от реальности жизни путем сверхвовлечением в трудовую деятельность.

Для подбора в экспериментальную группу мы использовали опросник трудооголизма Б. Киллинджер (Короленко, 2000), который состоит из 30 вопросов, и по инструкции проводится путем ответа испытуемого положительно или отрицательно.

Обработка данных осуществляется путем суммирования положительных ответов. Если количество положительных ответов 21 и более (на 2/3 вопросов получены утвердительные ответы), то можно говорить о наличии у человека трудооголизма.

По обоим опросникам выявляется достоверное отличие между группой с выраженным работооголизмом, и группой без признаков работооголизма. Оба теста выявляют один и тот же феномен трудооголизма.

Опросник «Работооголизм» (Е.П. Ильин).

Данная методика состоит из 24 вопросов, которые несут в себе характеристики работоогольной зависимости, ответ на каждый вопрос отмечается утвердительным или отрицательным ответом.

Мы опросили всего 62 человека. Из них 35 мужчин и 27 женщин.

Я-структурный тест Аммона — клиническая тестовая методика, разработанная G. Ammon в 1997 году на основании концепции динамической психиатрии (1976 г.) и адаптированная НИПНИ имени Бехтерева Ю.А. Тупицыным и его коллегами [7].

Всего в тесте 220 утвердительных выражений, испытуемый соглашается или не соглашается с ними. На основании ответов формируется 18 шкал, пересечения вопросов между ними не возникает. Далее шкалы формируются по основным Я -функциям, всего шесть основных функций, каждая из которых направлена на диагностику каждого функционального назначения: Агрессия, Тревога/страх, Внешнее отграничение Я, Внутреннее отграничение Я, Нарциссизм и Сексуальность. По Г. Аммону функция может конструктивной, деструктивной и дефицитарной — все измеряется указанными (например, конструктивная Агрессия,

деструктивная Сексуальность, дефицитный Нарциссизм) [8]. Остановимся а описании шкал Я отграничений, потому что именно они относятся к характеристикам психологических границ.

Внешнее отграничения Я Конструктивное предполагает более доступный подход к чувствам и интересам окружающих, понимания и склонность к различию своих и чужих границ, «Я» и «Не-Я». Умение управлять близостью отношений между личными границами и границами окружающего мира. между близостью и дистанцией.

Внешнее отграничения Я Деструктивное характеризуется жесткой скрытостью касающихся чувств и интересов окружающих людей, полное отсутствия эмпатии и готовности к разнообразию чувственных реакций. Часто такая личность проявляется закрытостью и безэмоциональностью, самоизолированностью.

Внешнее отграничения Я Дефицитарное отражается хамелеоноподобным поведением, непониманием своих чувств и полной подстройкой под чувства других, неумение говорит нет другим, отличать себя от других, общественная гипердаптивность. Такие личности не имеют своего мнения и полностью подстраиваются под окружающих.

Внутреннее отграничение Я Конструктивное предполагает доступ к своему бессознательному материалу, адаптивный доступ к ситуативной сфере, своим чувствам, состояниям и потребностям. Понимание и способность видеть сои сны, умение видеть и ориентироваться в настоящем и прошлом, находиться полностью в реальности.

Внутреннее отграничение Я Деструктивное характеризуется полным отсутствием понимания собственного бессознательного, жесткое непонимание собственных чувств и потребностей. Неспособность видения снов, обеднение эмоциональной сферы, фантазий и воображения. Низкая ориентированность в истории собственной жизни.

Внутреннее отграничение Я Дефицитарное означает недостаточность границ между сознательной и бессознательной сферами, заполненность неосознанными эмоциональными проявлениям. Личность находится не в реальности, а в сфере сновидений и фантазий, сопровождается отсутствием сосредоточенности и нарушением режима сна.

Исследуя границы, Э. Хартманн говорит: «о содержании психики, о мыслях, чувствах, воспоминаниях. Границы психологического не являются ригидными разграничениями. Их характеризуют как возможно толстыми с одной стороны и тонкими с другой. Границы в таком понимании намного более чем просто описательная характеристика границ личности. Толщина же олицетворяет важнейшее измерение личности» [9]. Которые позволяет быть измеряемым и характеризовать черты психической жизни человека. Границы, их близость, дотационность, их проницаемость относятся к области Функционирования психики. Тест предназначен для исследования психологических границ личности. Респонденту предлагается оценить степень согласия с 18-ю утверждениям.

Отбор участников исследования осуществлялся с учётом цели и задач исследования. В исследовании принимали участие работники разных предприятий. Всего в исследовании приняли участие 62 человека в возрасте от 35 до 45 лет.

Характеристика обследованной группы: всего было обследовано 62 человек, 35 мужчины и 27 женщины. Исследование проводилось очно. Все участники выровнены по уровню образования и нормированному рабочему дню в офисе с 9 до 18 ч.

Методы статистической обработки

Математическая обработка данных была проведена с использованием. SPSS 22 для сравнения двух групп. Критерий U-Манна-Уитни.

Анализ и интерпретация результатов

В результате сравнения двух групп контрольной (не выраженный работоголизм) и группы с выраженным работоголизмом выявлены следующие особенности психологических границ:

Гипотеза 1. У лиц с выраженным работоголизмом в большей степени жесткие «толстые» границы (По Э. Хартману). Гипотеза не подтвердилась. Возможно недостаточное количество исследуемых и необходимо увеличить выборку.

Гипотеза 2. У лиц с трудоголизмом более выражены дефицитарные внешние психологические границы. Гипотеза подтвердилась.

Таблица 1

Сравнение двух групп. Отображение данных по ОЗ Внешнее Я-отграничение

	Работоголизм Б. Киллинджер	N	Средний ранг	Сумма рангов	U Манна-Уитни	Значимость (2-сторонняя)
Работоголизм Е.П. Ильин	контрольная	27	14,98	404,50	26,5	0,000
	работоголики	35	44,24	1548,50		
ОЗ (внешнее Я-отграничение) дефицитарное	контрольная	27	25,78	696,00	318	0,026
	работоголики	35	35,91	1257,00		

Составлено автором

В группе работоголиков выявлено дефицитарное внешнее Я отграничение, из описанного выше мы делаем вывод что лица с признаками работоголизма не могут отстаивать свое мнение, обладают неспособностью ответить отказам на просьбы и отличать свои потребности от заданных требований работодателя. Постоянное приспособление к чувствам и эмоциональным состоянием окружающих и видению реальности мнениями других ведет к социальной гипердаптивности [10]. В глобальном понимании это характеризуется недостаточной прочностью внешней границы «Я». Слабая прочность внешней границы «Я» показывает искажение процесса регулирования взаимоотношений лиц с признаками работоголизма и окружающей его внешней реальности. Это означает что личности не характерна закрытость, а напротив слишком тонкая и проницаемая психологическая граница. Неразвитая внешняя граница характеризуется податливостью и гипердаптацией к окружающему миру, такая личность не способна формировать и удерживать дистанцию между собой и окружающими, так же отсутствует контроль за дистанцией окружающих, выражается неоправданная зависимость от правил и норм, установленных окружающими, ориентир на чужие установки и чрезмерная фокусировка на внешние условия и оценки, непонимания своих чувств и эмоций. Недостаточная степень оценивания личных интересов, отсутствие рефлексии, невозможность отстаивать собственные ценности и потребности, цели, трудность в отделении своих переживаний и чувств от других. Отсутствует возможность «говорить нет», сложность в отграничивании чужих потребностей, страх и сомнения самостоятельно принимать решение, неуверенность в собственной правильности, постоянный подстраивающийся стиль поведения [11]. Лица склонные к работоголизму имеют границы, которые характеризуют зависимых, ведомых, покорных, неспособных к самостоятельности, нуждающиеся в регулярной поддержке, защите и одобрении. Признание окружающих и полное ориентирование на коллективные правила и устои не дает таким личностям формировать и проявлять свою собственную точку зрения и отстаивать ее, так как такой человек полностью идентифицирует себя с групповыми ориентирами, интересами и потребностями [12]. Они обладают огромной склонностью к симбиотическому поведению и отношениям, им чужды зрелые отношения с равноправными партнерами, для них сложно поддерживать надежные продуктивные отношения и контакты, особенно в ситуациях необходимости их прервать. Классические отношения заключается в чрезмерных требованиях от других чем от себя [13]. Не малую роль

играет важность того, чем занят работоголик, часто она преувеличенна, как и в целом преувеличено полное значение трудовой деятельности. Незаинтересованность в окружающих людях часто характеризуется полным отсутствием к окружающим и более эмоциональным проявлениям, их больше интересуют рабочие моменты и чужды человеческие отношения. Контакт достаточно холодный и механизированный. Трудоголик не осознает свои потребности и свою уникальность.

Таблица 2

Сравнение двух групп. Отображение данных по О2 внутреннее Я-отграничение

	Работоголизм Б. Киллинджер	N	Средний ранг	Сумма рангов	U Манна-Уитни	Значимость (2-сторонняя)
Работоголизм Е.П. Ильин	контрольная	27	14,98	404,50	26,5	0,000
	работоголики	35	44,24	1548,50		
О2 (внутреннее Я-отграничение) деструктивное	контрольная	27	31,07	839,00	461	0,868
	работоголики	35	31,83	1114,00		

Составлено автором

Решающим здесь является нарушение «проницаемости» границы. Граница в этом случае не столько отграничивает автономизированное «Я», сколько отделяет его и не дает увидеть и почувствовать связь с его бессознательным. Происходит фактическое разделение его составляющих вместо функционального разделения единого психического пространства [14].

При деструктивном внутреннем Я -отграничении поведение становится расщепленным и появляются деструктивные проявления, идет разбалансировка понимания и ощущения сознательного и бессознательного, прошлого, настоящего и будущего, нарушается дифференциация актуального присутствующего наличного и теряется равновесие мыслей и чувств. Вычеркиваются решения, основанные на интуиции и чувствах, идет направленность только на доказательную сторону рациональности [15]. Личности с такой характеристикой невозможно привести в равновесие телесную и душевную жизнь. Б. Килленджер характеризовал такую личность как неспособную к фантазиям, мечтам, бедным эмоциональным состояниям, невозможностью чувственно переживать впечатления. Часто нет связи эмоций и телесного переживания, непонимание своих ощущений, гиперсклонность к рационализации, нет понимания своих потребностям тела, таким как жажда, голод, сон и т. д. Механизмы защиты, которые отделают эмоциональные впечатления и проявляют их во внешний мир очень жесткие и ригидные.

Заключение

В нашей дипломной работе были рассмотрены современные подходы к изучению работоголизма и особенностей психологических границ лиц с выраженным трудоголизмом. Мы обозначили основные проблемы данной группы людей, детально рассмотрели разные аспекты психологических границ и связали их с проблематикой работоголизма. Мы обобщили современные подходы к изучению феномена работоголизма, провели теоретико-методологический анализ обозначенных понятий, проанализировали и сформулировали свое представление о современном понятии «работоголизм».

Были выдвинуты следующие гипотезы:

- У трудоголиков проявляются в большей степени «толстые границы».
- У лиц с трудоголизмом более выражены дефицитарные внешние психологические границы.

- У лиц с трудоголизмом более выражены Внутренние деструктивные психологические границы.

Отмечается нарушение и преобладание депривированного характера в разных областях жизни, таких как физическое здоровье, контроль своей социальной жизнью, нарушение организации жизни человека.

В нашей работе мы проследили развитие феноменологии понятия «работоголизм» и понятия «психологические границы».

Основной вывод нашего исследования: выявленные особенности психологических границ у лиц с работоголизмом такие как ослабление внешней границы Я, которая показывает нарушение процесса регуляции отношений личности с внешней реальностью и нарушение суверенности психологических границ, которая указывает на депривированный характер в разных областях жизни — физическое здоровье, контроль над своей социальной жизнью, нарушение организации жизни человека. Понимание функционирования границ у людей с работоголизмом в нашем обществе поможет регулированию качества жизни лиц с трудоголизмом и пониманию специфики психологической коррекции лиц с трудоголизмом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ловаков, А.В. Трудоголизм: понятие, методики измерения, предикторы и последствия / А.В. Ловаков // Организационная психология. — 2012. — Т. 2, № 4. — С. 28–42. — EDN TPVXUB.
2. Ильин, Е.П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е.П. Ильин. — Санкт-Петербург [и др.]: Питер, 2011. — 224 с.
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. Ростов-н/Д: Феникс, 1996. 512 с.
4. Егоров А.Ю. Нехимические (поведенческие) аддикции (обзор) // Аддиктология. — 2005. — № 1. — С. 65–77.
5. Короленко Ц.П. Работоголизм — респектабельная форма аддиктивного поведения // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. — 1993. — № 1. — С. 17–29.
6. Короленко Ц.П. Социодинамическая психиатрия. — М.: Академический проект. — 2000. — 460 с.
7. Аммон, Г. Динамическая психиатрия / Г. Аммон. — СПб.: Речь, 2005. — 238 с.
8. Ammon, G., Finke, G., Wolfrum, G. Ich struktur-Test nach Ammon (ISTA). — Frankfurt: Swets, Zeitlingcr, 1998. — pp. 230.
9. Хартман, Х. Эго-психология и проблема адаптации / Х. Хартман. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002. — 160 с.
10. Ильин, Е.П. Дифференциальная психология профессиональной деятельности / Е.П. Ильин. — Санкт-Петербург [и др.]: Питер, 2008. — 428 с.
11. Лозовая Г.В. Признаки нефармакологических зависимостей // Психологические основы педагогической деятельности: Материалы 30-й научной конференции СПб ГАФК имени П.Ф. Лесгафта. — СПб., 2003. — 20.

12. Нартова-Бочавер, С.К. Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии / С.К. Нартова-Бочавер. — СПб.: Нинер, 2008. — 400 с.
13. Holland J.L. Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments. 2nd ed. / J.L. Holland. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1985. 211 p.
14. Орел В.Е. Психологическое изучение влияния профессии на личность // Реферативный сборник избранных работ по грантам в области гуманитарных наук. — Екатеринбург, 1999, С. 113–115.
15. Шульц Д., Шульц С. Психология и работа. СПб., 2003, 557 с.

Yablokova Maria Alexandrovna

Novosibirsk State University of Economics and Management, Novosibirsk, Russia
E-mail: applekova@mail.ru

Characteristics of psychological boundaries in persons with signs of workaholism

Abstract. The article presents an analysis of modern approaches to the study of the features of psychological boundaries of persons with signs of workaholism. The concepts, predictors and consequences on personality characteristics in persons with severe workaholism are considered. The signs of the manifestation of workaholism are considered in detail and the analysis of the thinking and consciousness of a person with the features of workaholism is displayed. The topic of self-destructive behavior and the attribute of an additive agent — work is revealed. The classification of persons with workaholism according to V. Kukk and O. Vesnina is reflected. The characteristics of the psychological space of the individual are revealed, a methodological and theoretical analysis of the nature of the psychological space of a person as a person, subject, «I» is carried out. The analysis of topological categories of psychological space in domestic and foreign psychology is carried out. The model of psychological distance as a special category of psychological boundaries of personality is revealed. The analysis of models of «boundaries of Self» in modern psychology is carried out. As a result of an empirical study, the methods used in the course of work to assess the features of psychological boundaries in individuals in signs of workaholism are presented, the rationale for sampling and methods of statistical processing are described. In the analysis of the results, it was revealed that persons with pronounced signs of workaholism have more pronounced deficient external psychological boundaries and deficient external Self-delineation, which is characterized by the inability to refuse others thereby to differentiate themselves and others, the operational discrepancy between the external boundaries of the personality shows the difficulty of the process of regulating the relationship of the personality with external reality. Understanding these violations of psychological boundaries will help regulate the quality of life of persons with signs of workaholism and understanding and directing the specifics of psychological correction of persons with these signs.

Keywords: psychological boundaries; workaholism; predictors of workaholism; personality traits of a workaholic; psychocorrection of the external psychological boundaries of workaholics; insufficiency of the external boundary of the Ego; regulation of relationships in persons