

Содержание практики

Код компетенции	Вид работы
ОПК-1, ПК-4, ПК-15	<p>Вводный инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности и охране труда. Инструктивное совещание с руководителем практики от Организации: обсуждение требований по вопросам, связанным с правилами внутреннего распорядка, трудовой дисциплины обучающихся (практикантов) в организации и отделе, в который обучающийся распределен на практику, внешним видом, кругом обязанностей, наличием медицинской книжки (при необходимости), графиком работы и выходными, доступом к данным и информационной безопасности, а также согласование индивидуального плана работы с руководителем практики от Организации.</p>
ОК-5,7, ОПК-1, ПК-2,4,5,6,7,8	<p>Составить общее описание базы исследования: наименование; юридический и фактический адреса, особенности территориального размещения; миссия; виды оказываемых услуг. Проанализировать организационную структуру учреждения. Проанализировать внутренние и внешние нормативные документы, регламентирующие работу психолога в данном учреждении.</p> <p>Описать состав и структуру учреждения: контингент сотрудников, руководящий состав, специфика деятельности учреждения; описать алгоритм работы психолога в данной организации; перечислить сферы его деятельности. Провести наблюдение за работой психолога в данной структуре. Проанализировать характер и специфику взаимодействия всех участников наблюдения. Определить характер и специфику психологических особенностей взаимодействия психолога в процессе консультирования.</p>
ОК-5,7, ОПК-1, ПК-2,4,5,6,7,8	<p>Выбрать тему исследования предварительно согласовав с руководителем практики от организации. Анализ актуальности выбранной темы, описание проблемы; определение объекта и предмета исследования; формулировка целей, гипотезы и задач исследования; выделение теоретических положений, на основании которых будет построено исследование. Изучение основной и дополнительной литературы по выбранной теме. Необходимо раскрыть понятие и сущность исследуемого феномена, для этого можно сравнить определения разных авторов, показать общее и особенное, сформулировать то определение (дефиницию) которая отвечает цели исследования. Сравнить мнения и подходы различных авторов к рассматриваемому вопросу, представить краткую характеристику обозначенных теорий изучения.</p>
ОК-5,7, ОПК-1, ПК-2,4,5,6,7,8	<p>Разработать план исследования группы. Осуществить подбор и анализ методик в рамках темы исследования (согласно производственной необходимости). Подготовить бланки методик. Провести подготовку участников исследования к тестированию. Сформировать выборку для сбора материала. Составить инструкцию к каждой методике с учетом специфики контингента сотрудников.</p> <p>Провести исследование.</p> <p>Обработать результаты, протоколы исследования. Провести тщательный качественно-количественный анализ протоколов. Создать банк данных с указанием даты, времени, условий проведения исследования, контингента исследуемых. Осуществить статистическую обработку данных, полученных в ходе исследования. Оформить полученные результаты в виде таблиц и графиков. Описать ход исследования; психометрическая характеристика используемых методик; формулировка гипотезы исследования; обоснование релевантности условий проведения; характеристика выборки. Данные результатов исследования, иллюстрация рисунками, диаграммами, таблицами с дальнейшими пояснениями. Краткие, обобщенные выводы по результатам полученных данных.</p>
ПК-6,7,12 ПСК-1	<p>Собрать статистический, нормативный, фактический и прочий материал, позволяющий обеспечить аналитическую часть отчета. Оформление отчета о прохождении практики. Защита отчета по практике.</p>



НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ФИНАНСОВО-ПРОМЫШЛЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
«СИНЕРГИЯ»

Факультет Электронного обучения

Направление/специальность подготовки: 37.04.01 Психология

Профиль/специализация: Организационная психология

Форма обучения: Заочная

otchet-studenta.ru
ОТЧЕТ
по производственной практике
praktikusdal@yandex.ru

Научно-исследовательская работа

VIII

(семестр)

Джабборова Алена Игоревна

Обучающийся

_____ (ФИО)

_____ (подпись)

Руководитель практики
от Университета

_____ (ФИО)

_____ (подпись)

Москва 2023 г.



ДНЕВНИК - ОТЧЕТ

О ПРОХОЖДЕНИИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ

Научно-исследовательская работа

VIII

(семестр)

Джабборова Алена Игоревна

(ФИО обучающегося)

Место прохождения практики:

НОЧУ Московский Финансово-Промышленный университет «Синергия»

otchet-studenta.ru

Руководитель практики от Университета:

praktikusdal@yandex.ru

1. Дневник практики

Дата	Краткое содержание работы, выполненное обучающимся, в соответствии с индивидуальным заданием	Отметка руководителя практики от Университета (подпись)
1 день	Инструктаж по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности, правилами внутреннего трудового распорядка.	
2-3 день	Ознакомление с учредительными документами, нормативно-правовой документацией, регламентирующей деятельность организации, организационной структурой.	
4 день	Анализ внутренних и внешних нормативных документов, регламентирующих работу психолога в организации.	
5 день	Анализ работы психолога в данной организации, сферы его деятельности.	
6-8 день	Анализ актуальности выбранной темы, описание проблемы; определение объекта и предмета исследования; формулировка	

	целей, гипотезы и задач исследования; выделение теоретических положений, на основании которых будет построено исследование.	
9-10 день	Подбор и анализ методик для проведения исследования, подготовка бланков методик, проведение исследования, обработка и интерпретация результатов.	
14 день	Систематизация материала, оформление отчета по практике. Подготовка к защите отчета по практике.	

otchet-studenta.ru
praktikusdal@yandex.ru

Содержание

Введение	3
1. Общая характеристика организации ООО «Веста»	4
2. Знакомство и анализ профессиональной деятельности психолога. Нормативно-правовые акты, регулирующие деятельность психолога в организации	7
3. Исследование гендерных особенностей эмоционального состояния сотрудников в период кризиса среднего возраста	11
4. Результаты исследования гендерных особенностей эмоционального состояния сотрудников в период кризиса среднего возраста	17
Заключение	26
Список использованной литературы	28
Приложения	31

otchet-studenta.ru

praktikusdal@yandex.ru

Введение

Прохождение практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности осуществлялось в НОЧУ Московский Финансово-Промышленный университет «Синергия» на профильной кафедре университета в период с ??? г. по ??? г.

По индивидуальному заданию руководителя практики для более конкретного изучения ситуации, характеризующей деятельность психолога в организации и проведения исследования, была направлена в Общество с ограниченной ответственностью «Веста».

Целью производственной практики является систематизация, обобщение и углубление теоретических знаний, навыков и умений и их практическая реализация в профессиональной среде для формирования компетенций, соотнесенных с задачами и видами профессиональной деятельности.

Для достижения поставленной цели, необходимо решить следующие задачи:

- составить общее описание места прохождения практики;
- проанализировать внутренние и внешние нормативные документы, регламентирующие работу психолога в данном учреждении;
- описать алгоритм работы психолога в данной организации; перечислить сферы его деятельности;
- анализ актуальности выбранной темы, описание проблемы; определение объекта и предмета исследования; формулировка целей, гипотезы и задач исследования; выделение теоретических положений, на основании которых будет построено исследование.
- разработать план исследования группы и провести исследование;
- обработать результаты исследования.

1. Общая характеристика организации ООО «Веста»

Предприятие ООО «Веста» создано на основании решения учредительного собрания Общества и действует в соответствии с Гражданским кодексом Российской Федерации, законом Российской Федерации «Об обществах с ограниченной ответственностью», законодательством Российской Федерации.

Юридический адрес ООО «Веста» - 427628, Удмуртская Республика, г. Глазов, ул.Сибирская, д. 129а. Предприятие является юридическим лицом, такой статус организация приобрела с момента ее государственной регистрации.

Правовое положение определяется Гражданским кодексом РФ, Уставом, учредительным договором, другими нормативными документами (правила внутреннего распорядка, должностные инструкции). Общество может иметь гражданские права и гражданские обязанности, необходимые для осуществления любых видов деятельности, не запрещенных действующим законодательством Российской Федерации и Уставом.

Организация является коммерческой, так как преследует извлечение прибыли в качестве основной цели своей деятельности. Вид собственности – частная, которая подразумевает защищённое законом право юридического лица, на предмет собственности.

Организационно-правовая форма предприятия – общество с ограниченной ответственностью, в российском законодательстве, учреждённое одним или несколькими юридическими и/или физическими лицами хозяйственное общество, уставной капитал которого разделён на доли; участники общества — учредители — не отвечают по его обязательствам и несут риск убытков, связанных с деятельностью общества, в пределах стоимости принадлежащих им долей или акций в уставном капитале общества, но только до тех пор, пока общество не находится в стадии банкротства.

Основным видом деятельности ООО «Веста», (по коду ОКВЭД ред.2) является: 62.01. Разработка компьютерного программного обеспечения. Эта группировка включает:

- разработку, модернизацию, тестирование и поддержку программного обеспечения;
- разработку структуры и содержания и/или написание компьютерной программы, необходимой для создания и реализации поставленной задачи, в том числе: системного программного обеспечения (в том числе обновления и исправления), приложений программного обеспечения (в том числе обновления и исправления), баз данных, web-страниц;
- настройку программного обеспечения, т.е. внесение изменений и настройку существующего приложения таким образом, чтобы оно функционировало в рамках информационной системы заказчика

Компания является официальным представителем фирмы 1С, работает на основании лицензии, выданной фирмой 1С в 2015 г. Деятельность по продукции компании 1С контролируется и регулируется самой фирмой 1С.

В настоящее время компания имеет значительный опыт и компетенцию в установке и обслуживании программного обеспечения в таких отраслях как: производство, розничная торговля, индустрия питания и развлечений, оптовая торговля, бюджетные организации.

ООО «Веста» занимается реализацией проектов не только в Республике Удмуртия, но и в других городах и регионах. В частности, проекты были реализованы в городах Екатеринбург, Чебоксары, Уфа, Казань.

Компания предоставляет полный спектр услуг по автоматизации управления и учета на предприятиях, а именно:

- разработка программного обеспечения и консультирование в этой области;
- обработка данных;
- деятельность по созданию и использованию баз данных и

информационных ресурсов;

- техническое обслуживание и ремонт офисных машин и вычислительной техники;
- консультации на этапе подбора программного продукта и вычислительной техники;
- поставка, внедрение и установка программного обеспечения и оборудования;
- прочая деятельность, связанная с использованием вычислительной техники и информационных технологий.

В ходе прохождения производственной практики была проанализирована организационная структура предприятия ООО «Веста», и сформировавшаяся в ней организационная культура.

Под организационной структурой управления предприятием понимается состав (перечень) отделов, служб и подразделений в аппарате управления, системная или организационная характеристика, характеризующая взаимосвязи и подотчетности друг другу и высшему органу управления предприятия. Органом управления общества является – генеральный директор. Организационная структура ООО «Веста» представлена на рисунке 1.

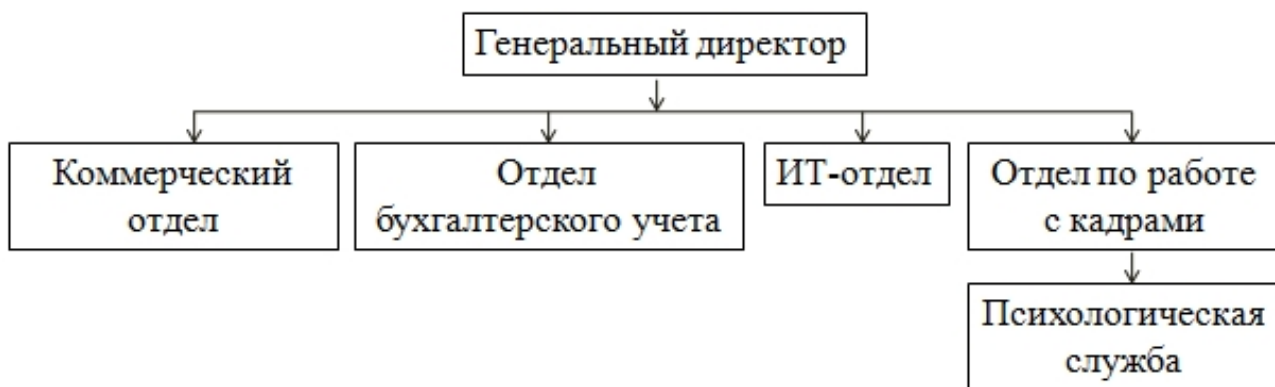


Рисунок 1. Организационная структура ООО «Веста»

В организации ООО «Веста» применяется линейная структура управления – это самый простой тип, поэтому он может встречаться в небольших и средних по величине организациях.

Линейная организационная структура из взаимоподчиняемых

подразделений по типу иерархической лестницы. У руководителя каждого из подразделений есть все полномочия, чтобы управлять своими подчинёнными, но сам он подчиняется высшему руководству компании. Система профессиональной подготовки, переподготовки, обучения и аттестации персонала в организации ООО «Веста» не предусмотрена, при приеме на работу, сотрудники проходят стажировку.

Анализируя организационную культуру фирмы, необходимо отметить, что в силу незначительности масштабов организации ООО «Веста» между сотрудниками складываются тесные контакты, неформальное общение играет в управлении организацией значительную роль. Также нужно подчеркнуть, что преобладание неформального общения над формальным может иметь нежелательные последствия. Например, отсутствие субординации между уровнями управления в организационной структуре может привести к нарушению процесса исполнения решений.

Уровень организационной культуры можно охарактеризовать средним значением, так как в организации не практикуются совместные мероприятия, преследующие целью сплочение коллектива и развитие командного духа.

2. Знакомство и анализ профессиональной деятельности психолога. Нормативно-правовые акты, регулирующие деятельность психолога в организации

В ходе практики была проанализирована нормативно-правовая база, регламентирующая деятельность психолога. В первую очередь, это Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020), высший нормативный правовой акт Российской Федерации.

Конституция обладает высшей юридической силой, закрепляющей основы конституционного строя России, государственное устройство,

образование представительных, исполнительных, судебных органов власти и систему местного самоуправления, права и свободы человека и гражданина, а также конституционные поправки и пересмотр Конституции.

В частности, важно обратить внимание на следующие статьи гл. 2 Конституции РФ «Права и свободы человека и гражданина», игнорирование которых может повлечь за собой серьезные правовые последствия:

1. Статья 17. В Российской Федерации признаются и гарантируются права и свободы человека и гражданина согласно общепринятым принципам и нормам международного права и в соответствии с настоящей Конституцией.

2. Статья 21. Достоинство личности охраняется государством, ничто не может быть основанием для его умаления.

3. Статья 23. Каждый имеет право на неприкосновенность частной жизни, личную и семейную тайну, защиту своей чести и доброго имени.

4. Статья 24. Сбор, хранение, использование и распространение информации о частной жизни лица без его согласия не допускается.

Всеобщая декларация прав человека (принята Генеральной Ассамблеей ООН 10.12.1948), документ, рекомендованный для всех стран-членов ООН, текст Декларации является первым глобальным определением прав, которыми обладают все люди.

Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 N 197-ФЗ, это свод законов, регулирующих трудовые отношения между работодателем и работником. В частности, устанавливает права и обязанности работника и работодателя, регулирует вопросы охраны труда, профессиональной подготовки, переподготовки и повышения квалификации, трудоустройства, социального партнерства. Закрепляются правила оплаты и нормирования труда, порядок разрешения трудовых споров.

Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 N 124-ФЗ, настоящий Федеральный закон устанавливает основные гарантии прав и законных интересов ребенка,

предусмотренных Конституцией Российской Федерации, в целях создания правовых, социально-экономических условий для реализации прав и законных интересов ребенка.

Федеральный закон «Об информации, информационных технологиях и о защите информации» от 27.07.2006 N 149-ФЗ, настоящий Федеральный закон регулирует отношения, возникающие при осуществлении права на поиск, получение, передачу, производство и распространение информации; применении информационных технологий; обеспечении защиты информации.

Кроме документов, регламентирующих профессиональную деятельность психолога, принятых на государственном уровне, пожалуй, основным документом, в котором зафиксированы этические принципы деятельности психолога, является этический кодекс.

Этический кодекс психолога Российского психологического общества, входящего в состав IUPsyS – Международный союз психологической науки при ЮНЕСКО и Европейской федерации психологических ассоциаций (EFPA), был принят 14 февраля 2012 г. на V съезде Российского психологического общества.

Кодекс составлен в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом Российской Федерации № 152-ФЗ от 27 июля 2006 года «О персональных данных», Уставом Российского психологического общества, Всеобщей декларацией прав человека, Хельсинкской декларацией Всемирной медицинской ассоциации «Этические принципы проведения медицинских исследований с участием людей в качестве субъектов исследования», международной Универсальной декларацией этических принципов для психологов, Этическим метакодексом Европейской федерации психологических ассоциаций.

Этический кодекс подчеркивает ответственность психолога перед клиентом, обществом, психологической наукой. Его профессиональная деятельность должна основываться на доверии общества, которое может быть достигнуто только при соблюдении этических принципов и правил поведения.

Предназначение кодекса заключается во внутренней регуляции деятельности сообщества психологов, регуляции отношений психологов с обществом, а также при нарушении этических принципов в применении санкций, обозначенных в данном кодексе.

Кодекс содержит принципы, включающие ряд правил поведения профессионального психолога — практика, исследователя, преподавателя психологических дисциплин.

Таким образом, так как психолог имеет дело с человеком, его душевными проблемами, жизненными трудностями, поиском смысла в жизни, ресурсов разрешения проблем жизнедеятельности и т.п., этическая регламентация основа его профессионализма, однако в последнее время, нарушения, которые допускают психологи в работе с клиентами многочисленны, в первую очередь, это связано с тем, что любой человек, прошедший курсы, семинары, может начать вести практическую деятельность в качестве психолога-консультанта, а клиенты в погоне за низкими ценами, редко обращают внимание на его образование.

Должность психолога, в организации ООО «Веста» была введена в штатное расписание только один год назад, в организационной структуре, данная штатная единица представлена в составе психологической службы, однако находится под руководством отдела по работе с кадрами. Такая иерархия системы управления связана с тем, что психолог – специалист, чья трудовая деятельность связана непосредственно с сотрудниками организации.

Нередко именно психолог, помогает кадровым специалистам правильно организовать процесс подбора персонала. Специалист психологической службы разрабатывает специальную систему тестирования или анкетирования будущих сотрудников, претендующих на вакантную должность, с целью выявить кандидата, максимально соответствующего по всем психофизиологическим характеристикам требуемым параметрам.

Работа психолога предполагает постоянное движение вперед и развитие. Специалисты в области психологии постоянно сталкиваются с эмоциональным

напряжением, ведь им нужно иметь дело с чужим горем, страхами, упадком настроения и депрессией. Также данная работа предполагает высокий уровень ответственности, т.к. от его действий во многом зависит то, как быстро консультируемым людям станет лучше.

Психолог организации ведет работу по следующим направлениям:

- психологическое просвещение;
- психологическая профилактика;
- психологическая диагностика;
- психокоррекционная и развивающая деятельность;
- групповая и индивидуальная психологическая работа.

Помимо рекрутинговой деятельности психолог организации ООО «Веста» отвечает за урегулирование производственных конфликтов и помогает сотрудникам правильно оценивать сложившуюся ситуацию и принять единственно верное решение.

Психолог помогает сотрудникам снять накопившийся стресс, разобраться в личных проблемах, которые косвенно отражаются на производительности труда человека. Для увеличения мотивации персонала специалистом-психологом разрабатываются грамотные стратегии, которые применяет руководитель предприятия при управлении людьми. Психолог оказывает помощь и в трудные моменты реорганизации или во время внутренних перестановок в структуре компании.

3. Исследование гендерных особенностей эмоционального состояния сотрудников в период кризиса среднего возраста

Актуальность исследования обусловлена тем, что психология возрастных кризисов в настоящее время является недостаточно разработанной областью. Достаточно подробно рассмотрены кризисы подросткового возраста и переход детей из дошкольного образовательного учреждения в школу. В

общем, в психологии данным возрастным периодам уделяется огромное значение. Вместе с этим, работ, которые затрагивали бы вопросы кризиса среднего возраста в современной литературе достаточно мало.

Многочисленные исследования доказывают, что существуют особенности в психологическом состоянии людей данной возрастной категории.

Проблематика исследования. В сфере бизнеса отмечается значительный интерес к новым технологиям, которые позволяют оптимизировать деятельность компаний. Одна из причин такого интереса заключается в необходимости постоянно повышать конкурентоспособность организации. Учитывая это, особое внимание уделяется эффективному использованию профессиональных и личностных ресурсов персонала, поскольку именно это определяет эффективность деятельности организации.

Основной категорией трудовых ресурсов являются сотрудники в возрасте от 35 до 45 лет, которые составляют около 60% всей рабочей силы. Именно на данном этапе жизни человек уже достиг высокого уровня профессиональных компетенций, поэтому его деятельность в этот период характеризуется наибольшей эффективностью и продуктивностью.

При работе с персоналом организации следует уделить особое внимание именно данной категории сотрудников, так как это позволит повысить эффективность работы организации и улучшить внутреннее состояние компании. Эксперты рекомендуют обращать внимание на психоэмоциональное состояние данной группы работников в первую очередь.

Объект исследования: кризис среднего возраста.

Предмет исследования: гендерные особенности эмоционального состояния сотрудников в период кризиса среднего возраста.

Цель исследования: определение принципов психологического обеспечения сотрудников, испытывающих определенные трудности в период кризиса среднего возраста.

В соответствии с целью исследования сформулированы следующие

задачи исследования:

1. Провести анализ теоретических аспектов и раскрыть сущность понятия «кризис среднего возраста» в современной психологии.
2. Определить основные принципы психологического обеспечения сотрудников, испытывающих определенные трудности в период кризиса среднего возраста.
3. Произвести подбор психодиагностических методик для проведения исследования эмоционального состояния в период кризиса среднего возраста.
4. Провести исследование на основе подобранных методик.
5. Представить обобщенные выводы по результатам полученных данных.

Гипотезой исследования послужило предположение о том, что существуют некоторые гендерные особенности в эмоциональном состоянии сотрудников в период кризиса среднего возраста.

Теоретическая база исследования. Рассмотрением вопроса о формулировке понятия кризиса среднего возраста и его фаз занимались К. Левин, Ю. Д. Шагин, Д. П. Юнг, Э. Джайсон, Э. Фриксон, С. Д. Басилюк и т.п. Особенности кризиса среднего возраста мужчин и женщин были рассмотрены И. В. Грошевым, Г. А. Загузовым, Б. А. Давыдовым и т.п. Гендерные различия в эмоциональной сфере стали предметом исследования И. С. Кона, Дж. Мани, С. Бем, Л. В. Куликовым, М. С. Пономаревой.

Для изучения исследуемой проблемы на практике были применены следующие **методы исследования**: теоретические – анализ психологической литературы, сравнение и обобщение, экспериментальные – тестирование, опрос, сравнительный анализ качественных характеристик, количественная обработка данных, психодиагностические методики: Методика «Симптомы нормативного кризиса» (СНК) (И.А. Шляпкинова), дифференциальные шкалы эмоций (по К. Изарду), методика диагностики психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности (Курганский-

Немчин).

Практическая значимость исследования заключается в том, что по итогам проведенного исследования психологического обеспечения сотрудников, испытывающих определенные трудности в период кризиса среднего возраста, получены результаты, которые могут быть применены в работе любой организации для коррекции психологического обеспечения данной категории работников.

Потребность человека к пониманию своего существования является острым вопросом психологии. В случае отрицательных ответов на поставленные вопросы, возникает так называемый кризис среднего возраста, который в психологии называется также экзистенциальным. Характеризуется данный кризис системным ощущением человеком состояния тревожности, дискомфорта.

Первоначальные трактовки данного понятия были сформулированы в философии. Затем были разработаны в русле некоторых направлений психологии. Истоками данной проблематики являются труды С. Кьеркегора, К. Ясперса, Ф. Шлегеля и др. Так, например, К. Ясперс при рассмотрении данного понятия трактует его как необъективируемое бытие, подчеркивалась уникальность каждой личности человека. Согласно данной научной школе, при достижении осмысления уникальности собственной личности есть момент, который раскрывает некоторые человеческие «тайны», человек становится свободным. В этот момент он способен возвышаться над собой и стать более осмысленным в собственном существовании.

При несовпадении окружающей действительности и того, что транслируется человеку, он может погрузиться в состояние глубокого отчуждения, фрустрации и разочарования. В данном случае большую роль имеют возрастные изменения в теле, физическое и психическое здоровье.

Средний возраст называется таковым по причине, что показывает, буквально, «середину жизни» современного человека. Согласно статистике,

которая приводилась Ю. Д. Шмагиной на 13.06.2016 года в России средняя продолжительность жизни 70,9 лет, в США – 79,8 лет, а в Японии – 84,6 лет. На примере этих трех показателей серединой жизни выступает возраст 35,45/39,9/42,3 года для каждой из перечисленных стран.

Один из первых, кто раскрыл в психологии проблему кризисных явлений среднего возраста, является К. Г. Юнг. Исследования проводились при помощи психотерапевтической деятельности и наблюдения за ней. Было установлено, что в данный возрастной период у людей могут возникать неврозы, утраты смыслов и целей своей собственной личности.

Вместе с этим, понятие «кризис среднего возраста» в научный оборот ввел Э. Джаксон в 1965 году. Было предложено, что данный кризис у человека формируется в возрасте 35 лет. Был проанализирован процесс и результат деятельности некоторых творческих людей (писателей, художников, композиторов и т.п.), в результате чего установлено, что к тридцати годам они переживают переломный момент жизни, который склывается на работе и личной жизни человека. Было предположено, что кризис среднего возраста может выражаться следующим образом:

1. Завершение творческой карьеры, утрата вдохновения;
2. Творческий потенциал в некоторых случаях выражается впервые, при этом, могут происходить некоторые изменения в характере и содержании творчества людей.

Американским психологом Э. Эриксоном выявлено, что развитие личности любого человека проходит через некоторые определенные кризисы. Жизненный путь разделялся им на 8 основных этапов, каждый из которых характеризуется кризисом идентичности. Так, кризис среднего возраста возникает в возрастном периоде от 35 до 40 лет. Иначе данный период называется кризисом личностной самореализации.

Проявления кризиса среднего возраста также рассматривались и в отечественной психологии. Так, Ф. Е. Василюк кризис среднего возраста

рассматривает как деятельность и работу личности человека по перестройке психологического мира человека, направленную на установления смыслового соответствия между бытием и сознанием.

По мнению А.Н. Леонтьева, кризис не является необходимым условием перехода от одного стабильного периода к другому, от одной ведущей деятельности к другой, но он вполне возможен. Этим условием может быть интегральный компонент стремления к «счастью (аффективный показатель) и удовлетворенности жизнью (когнитивный показатель)» или к благополучию, понимаемому как базовый концепт, объединяющий эти два показателя.

Возникать кризис среднего возраста может быть по нескольким причинам:

1. Нарушения в смысложизненных ориентациях человека (В. Э. Чудновский);
2. Нарушения в ценностных ориентациях (А. Маслоу), пересмотр жизненных целей, переосмысление смысла жизни (правильно ли жил?);
3. Нарушения в мотивационной сфере (С. Л. Рубинштейн);
4. Трудности самореализации (Э. Эриксон);
5. Проблемы в профессиональной деятельности, попадание в рутину работы, сокращение перспектив (И. С. Кон);
6. Эмоциональное (профессиональное) выгорание (В. В. Бойко) и др.

Кризисом среднего возраста считается период эмоционального состояния, при котором человек начинает задумываться о том, успеет ли он осуществить задуманное; сколько ему осталось; хватит ли ему сил для реализации планов.

Кризис среднего возраста не имеет четких границ и у разных людей наступает в разном возрасте, как правило, на меридиане жизненного пути. 40 лет – средний возраст данного кризиса.

Проявляется кризис тоже абсолютно по-разному. В этот момент чаще распадаются браки; усыновляются дети; проводятся значимые научные

исследования; создаются необычные философские трактаты и др. У человека наступает «настоящая зрелость», зрелость, переосмысление накопленного опыта и смысла жизни.

Человек как бы переосмысливает свою жизнь: пытается понять, такая ли работа ему нужна или надо ее сменить; все ли его устраивает в отношениях в семье или необходимы перемены; все ли друзья – настоящие друзья. Появляется много вопросов, на которые необходимо найти ответы.

Этот процесс сопровождается эмоциональной окрашенностью: человек больше грустит, переживает; возникает чувство тревоги и опустошенности. Кто – то самостоятельно находит пути выхода и легко справляется с ситуацией, а кому – то необходима помощь психологов и психотерапевтов.

Таким образом, кризис среднего возраста проявляется в нарушениях в различных сферах жизни человека, в том числе, и в эмоциональном состоянии. Это подчеркивает актуальность и необходимость организации нашего исследования.

4. Результаты исследования гендерных особенностей эмоционального состояния сотрудников в период кризиса среднего возраста

Теоретический анализ литературы показал необходимость организации эмпирического исследования, направленного на выявление гендерных особенностей эмоционального состояния сотрудников в период кризиса среднего возраста. Это послужило целью.

Задачами исследования выступают:

1. Описание организации и методов исследования;
2. Подбор диагностического инструментария, формирование экспериментальной выборки;
3. Исследование эмоционального состояния личности в период

кризиса среднего возраста у мужчин;

4. Исследование эмоционального состояния личности в период кризиса среднего возраста у женщин;

5. Сравнение полученных результатов;

6. Выводы на основе исследования, практические рекомендации.

Всего в нашем исследовании приняло участие 20 респондентов, 10 из них мужчины, 10 – женщины. Все они в возрасте от 33 до 49 лет.

Для организации эмпирического исследования нами были выбраны следующие диагностические методики:

1. Методика «Симптомы нормативного кризиса» (СНК) (И.А. Шляпникова);

2. Дифференциальные шкалы эмоций (по К. Изарду);

3. Методика диагностики психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности (Курганский-Немчин).

Основным методом организации эмпирического исследования служит метод тестирования. Интерпретация и анализ результатов происходит на основе возможностей Microsoft Excel 2016.

Методика «Симптомы нормативного кризиса» (СНК) (И.А. Шляпникова) представляет собой опросник, целью которого является выявление проявлений нормативного кризиса взрослости. Диагностическая методика состоит из 11 пунктов и 2 шкал:

1. Опустошенность и потеря интереса;

2. Раздражительность и конфликтность.

Шкала «Опустошенность и потеря интереса» выделяется для оценки уровня переживания кризиса взрослости, основными характеристиками которого являются повышенная усталость, пониженное настроение и снижение эффективности собственной деятельности. В эмоциональной сфере проявления находят снижение настроения и эффективности деятельности.

Шкала «Раздражительность и конфликтность» позволяет оценить

переживания нормативного кризиса. Характеризуется она эмоциональной нестабильностью, повышенной раздражительностью и конфликтностью у испытуемого.

Согласно нормативным данным, повышенными показателями считаются результаты по шкале «Опустошенность и потеря интереса» от +1,04 и выше, а по шкале «Раздражительность и конфликтность» - +0,49 до +0,97.

Вторая используемая нами диагностическая методика - Дифференциальные шкалы эмоций (по К. Изарду). Ее целью является диагностика эмоционального самочувствия респондента. Диагностика представляет собой 30 прилагательных, которые разделены на 10 эмоций: интерес, радость, удивление, горе, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд и вина.

Показатель самочувствия оценивается следующим образом: результат больше 1 говорит о положительном типе акцентуации человека, а меньше 1 – отрицательное самочувствие.

Методика диагностики психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности (Курганский-Немчин) предназначена для исследования целостной картины психического состояния респондента. Ему предлагается перечень из 20 пар прилагательных, которые являются абсолютно полярными. Испытуемому предлагается выбрать цифру от 0 до 3 в левой или в правой половине. Анализ результатов происходит по следующим шкалам: оценка психической активации, оценка интереса, оценка эмоционального тонуса, оценка напряжения, оценка комфортности.

Интерпретация результатов происходит по следующей схеме: результат от 3 до 8 баллов – низкий уровень, от 9 до 15 баллов – средний уровень, от 16 до 21 балла – высокий уровень. С протоколами можно ознакомиться в приложении.

Приведем результаты исследования выраженности симптомов нормативного кризиса. С результатами данного исследования можно

ознакомиться на рисунке 2.

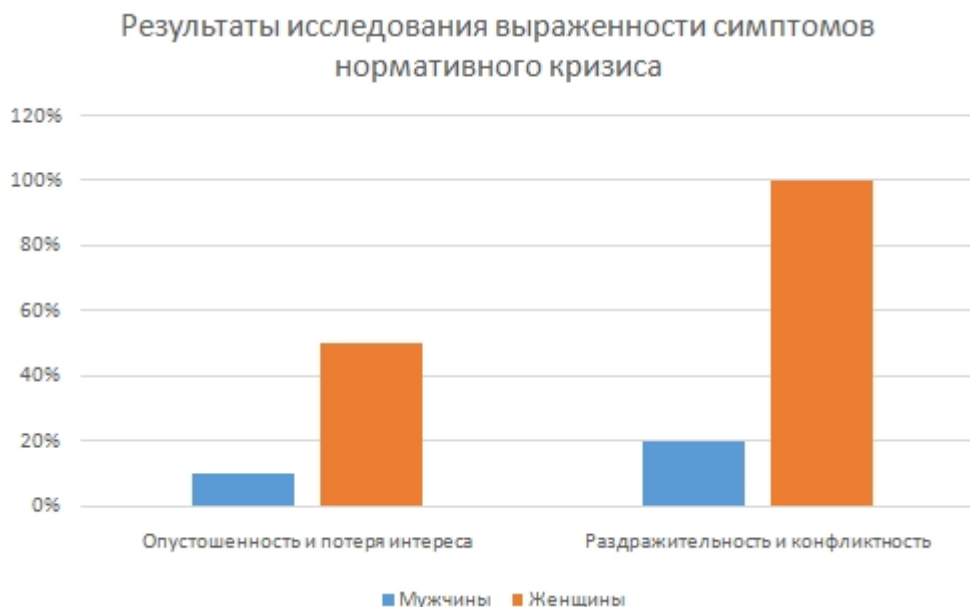


Рисунок 2. Результаты исследования симптомов нормативного кризиса по гендерному признаку

Результаты данного исследования позволили понять, какие гендерные особенности имеют выраженность симптомов нормативного кризиса. По шкале «Опустошенность и потеря интереса» высокую выраженность данного компонента продемонстрировали 10% мужчин и 50% женщин. По шкале «Раздражительность и конфликтность» также более высокие результаты показали женщины. Выраженность этого компонента выявлена у 100% респондентов, когда доля мужчин с высоким уровнем раздражительности составила 20%.

Таким образом, симптомы нормативного кризиса более свойственны женщинам, половина из них продемонстрировали опустошенность и потерю интереса, вместе с тем, важно отметить, что абсолютно все испытуемые этой группы показали высокие показатели раздражительности и конфликтности.

Приведем результаты исследования самочувствия у мужчин и женщин. С ними можно ознакомиться на рисунке 3.

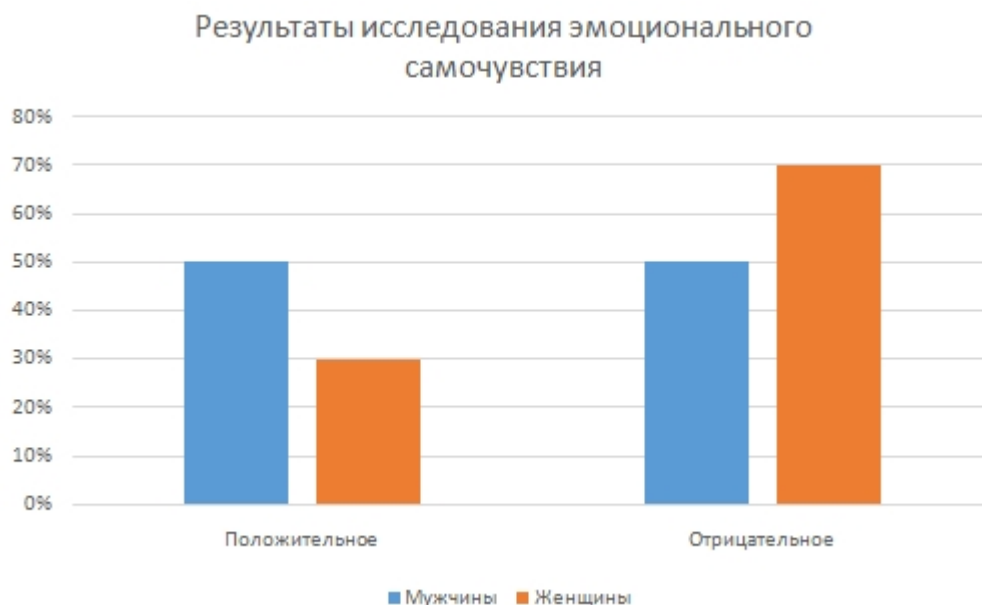


Рисунок 3. Результаты исследования эмоционального самочувствия респондентов по гендерному признаку

По результатам данного исследования отмечено, что положительное эмоциональное самочувствие испытывают 50% мужчин и 30% женщин, то есть у представителей мужского пола более типичный тип личности, он характеризуется повышенным настроением. Отрицательное эмоциональное самочувствие выявлено у 50% мужчин и 70% женщин. Иными словами, представительницы женского пола относятся больше к дистимному типу личности, который характеризуется пониженным настроением.

Таким образом, женщины являются более склонными к отрицательному и дистимному типу характера человека, у них чаще возникает плохое настроение. Мужчины в равной степени могут испытывать как повышенное, так и пониженное настроение.

Приведем результаты исследования психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности у мужчин и женщин. С результатами мужчин можно ознакомиться на рисунке 4.

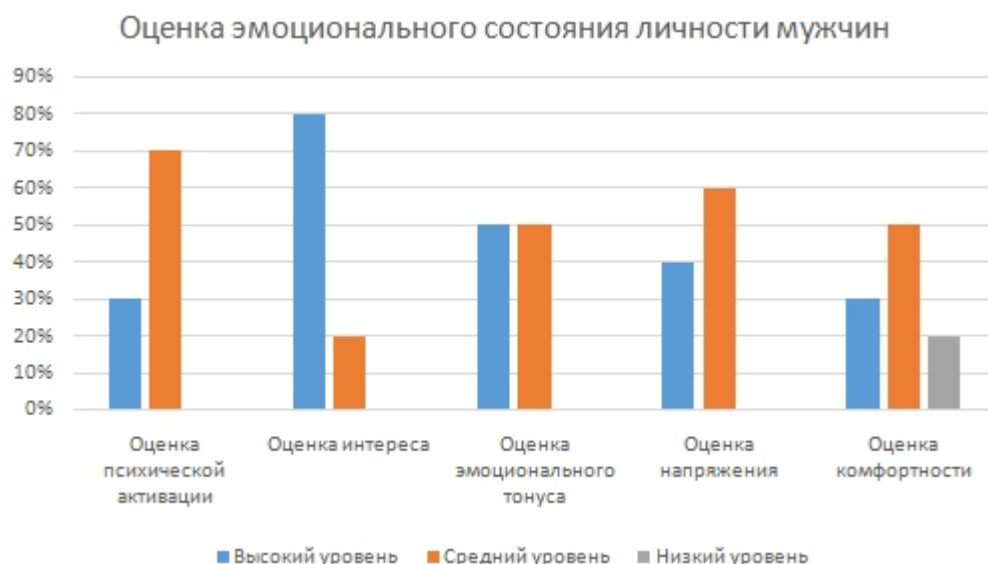


Рисунок 4. Результаты оценки эмоционального состояния личности мужчин

По результатам данного исследования диагностировано, что большая часть составляющих эмоционального здоровья у мужчин находится на среднем уровне. Преимущественно на высоком уровне находится только оценка интересов. Также отметим, что комфортность у 20% респондентов выявлена на низком уровне, при этом, по всем остальным шкалам не выявлено ни одного испытуемого на этом уровне.

Приведем результаты исследования женщины по данной диагностической методике. С ними можно ознакомиться на рисунке 5.

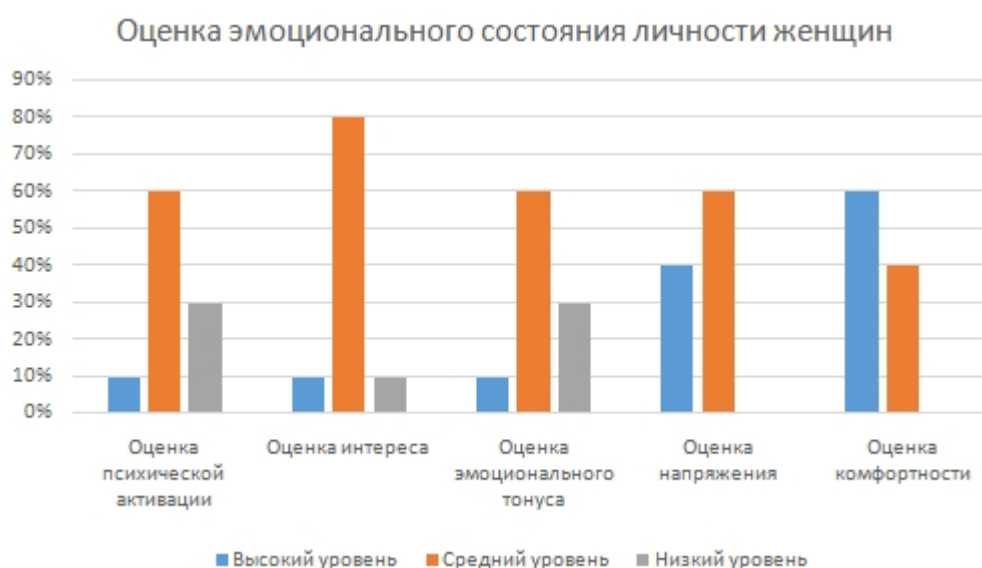


Рисунок 5. Результаты оценки эмоционального состояния личности женщин

По результатам интерпретации исследования женщин мы можем сделать вывод, что все составляющие эмоционального состояния личности также находятся на среднем уровне. Исключение составляет оценка комфортности. Женщины более комфортно чувствуют себя в ситуации кризиса среднего возраста, нежели мужчины. Вместе с этим, у них менее развиты интересы.

Далее будут представлены результаты корреляционного анализа. Для начала представим интерпретацию расчета коэффициента ранговой корреляции Спирмена для определения взаимосвязей между симптомами нормативного кризиса и эмоциональным состоянием личности респондентов. С результатами корреляционного исследования можно ознакомиться в таблице 1.

По результатам корреляционного анализа, мы видим, что обнаружены взаимосвязи между эмоциональным состоянием и эмоциональным самочувствием у респондентов в период кризиса среднего возраста. А именно, обратная взаимосвязь ($r = -0,459$ при $p \leq 0,05$) выявлена между опустошенностью и потерей интереса и оценкой своего эмоционального тонуса. Это означает, что чем больше испытуемые оценивают свой эмоциональный тонус, тем больше наблюдается опустошенность и потеря интереса.

Таблица 1

Результаты расчета коэффициента ранговой корреляции Спирмена

Шкала	Опустошенность и потеря интереса	Раздражительность и конфликтность	Самочувствие
Оценка психической активации	-0,117	-0,216	0,263
Оценка интереса	-0,254	-0,414	0,451*
Оценка эмоционального тонуса	-0,459*	0,064	0,248
Оценка напряжения	0,143	-0,326	0,063
Оценка комфортности	0,467*	0,118	-0,025

Уровень значимости

* $p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

Опустошенность и потеря интереса имеет прямую взаимосвязь с оценкой комфортности ($r=0,467$ при $p \leq 0,05$). Это означает, что чем больше субъективное ощущение комфортности у респондентов, тем более опустошенными они себя ощущают.

Также прямая взаимосвязь выявлена между оценкой интереса и самочувствием ($r=0,451$ при $p \leq 0,05$). Иными словами, чем больше люди среднего возраста проявляют интерес, тем лучше они себя ощущают.

Приведем результаты анализа исследования гендерных особенностей эмоционального состояния личности в период кризиса среднего возраста. С ними можно ознакомиться в таблице 2.

По результатам настоящего анализа мы видим, что существуют гендерные различия по шкалам «Опустошенность и потеря интереса ($t=2,4$ при $p \leq 0,05$), оценка комфортности ($t=2,4$ при $p \leq 0,05$). По этим шкалам среднее значение больше в группе женщин, нежели мужчин. Это означает, что представительницы женского пола более склонны к проявлению опустошенности, потери интереса и малой комфортностью. По шкалам оценка психической активации ($t=3$ при $p \leq 0,01$), интереса ($t=5,5$ при $p \leq 0,01$), эмоционального тонуса ($t=3$ при $p \leq 0,01$) также выявлены статистически значимые различия между показателями мужчин и женщин, при этом, у мужчин среднее значение выше. Это означает, что у мужчин в большей степени развита субъективная оценка психической активации, в наибольшей степени развит интерес и эмоциональный тонус.

Таблице 2

Результаты расчета t-критерия Стьюдента по результатам данного исследования

Шкала	Среднее значение мужчин	Среднее значение	Значение t-критерия
-------	-------------------------	------------------	---------------------

		женщин	Стьюдента
Опустошенность и потеря интереса	0,79±0	1,01±0,04	2,4*
Раздражительность и конфликтность	0,91±0	1,01±0,03	1,7
Самочувствие	0,23±0	-0,45±0	1,3
Оценка психической активации	14,3±0	10±0	3**
Оценка интереса	17,4±0	11,5±0	5,5**
Оценка эмоционального тонуса	15,4±0	11,1±0	3**
Оценка напряжения	13,5±0	14,9±0	1
Оценка комфортности	12,5±0	16,1±0	2,4*

Уровень значимости

* $p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

otchet-studenta.ru

Таким образом, по результатам эмпирического исследования мы можем

сделать следующие выводы:

praktikusdal@yandex.ru

1. Симптомы нормативного кризиса более выражены у женщин, нежели у мужчин, в том числе, представительницы слабого пола больше проявляют раздражительность и напряженность;

2. Мужчины демонстрируют более сбалансированное эмоциональное самочувствие, нежели женщины;

3. Женщины более комфортно чувствуют себя в ситуации кризиса среднего возраста, нежели мужчины. Вместе с этим, у них менее развиты интересы.

Таким образом, гипотеза исследования о том, что существуют некоторые гендерные особенности в эмоциональном состоянии сотрудников в период кризиса среднего возраста, подтверждена.

otchet-studenta.ru
praktikusdal@yandex.ru

Заключение

Целью производственной практики являлось закрепление, расширение и углубление полученных теоретических знаний, приобретение практических навыков самостоятельной работы, выработку умений применять их при решении конкретных вопросов в практической деятельности психолога.

Практика проходила в организации ООО «Веста», в психологической службе. ООО «Веста» предоставляет полный спектр услуг по автоматизации управления и учета на предприятиях.

Анализируя организационную культуру фирмы, было отмечено, что в силу незначительности масштабов организации ООО «Веста» между

сотрудниками складываются тесные контакты, неформальное общение играет в управлении организацией значительную роль.

Также нужно подчеркнуть, что преобладание неформального общения над формальным может иметь нежелательные последствия. Например, отсутствие субординации между уровнями управления в организационной структуре может привести к нарушению процесса исполнения решений.

Теоретический анализ литературы показал необходимость организации эмпирического исследования, направленного на выявление гендерных особенностей эмоционального состояния личности в период кризиса среднего возраста. Это послужило целью.

Гипотезой исследования послужило предположение о том, что существуют некоторые гендерные особенности в эмоциональном состоянии личности в период кризиса среднего возраста.

Для организации эмпирического исследования нами были выбраны следующие диагностические методики:

1) Методика «Симптомы нормативного кризиса» (СНК) (И.А. Шаяхметова).

2) Дифференциальные шкалы эмоций (по К. Изарду).

3)

Методика диагностики психической активации, интереса, эмоционального тона, напряжения и комфортности (Курганский-Немчин).

Основным методом организации эмпирического исследования служит метод тестирования. Интерпретация и анализ результатов происходит на основе возможностей Microsoft Excel 2016.

По результатам эмпирического исследования мы можем сделать следующие выводы:

1. Симптомы нормативного кризиса более выражены у женщин, нежели у мужчин, в том числе, представительницы слабого пола больше проявляют раздражительность и напряженность;

2. Мужчины демонстрируют более сбалансированное эмоциональное самочувствие, нежели женщины;

3. Женщины более комфортно чувствуют себя в ситуации кризиса среднего возраста, нежели мужчины. Вместе с этим, у них менее развиты интересы.

Таким образом, практика по получению профессиональных умений и опыта позволила закрепить и расширить знания, полученные в процессе обучения, приобрести профессиональные навыки практической деятельности.

otchet-studenta.ru
praktikusdal@yandex.ru

Список использованной литературы

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).

2. Всеобщая декларация прав человека (принята Генеральной Ассамблеей ООН 10.12.1948).

3. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 N 197-ФЗ.

4. Федеральный закон «Об информации, информационных

технологиях и о защите информации» от 27.07.2006 N 149-ФЗ.

5. Барканова О.В. (сост.) Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум. [серия: Библиотека актуальной психологии]. – Вып. 2 – Красноярск: Литера-принт, 2009. — 237 с.

6. Василюк, Ф. Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Е. Василюк. – М.: Изд-во Моск.ун-та, 1984. – 200 с.

7. Воронова, А. В. Гендер как предмет междисциплинарного анализа // Ярославский педагогический вестник. 2015. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/gender-kak-predmet-mezhdistsiplinarnogo-analiza> (дата обращения: 09.08.2021).

8. Грошев И. В. Корреляты половых различий эмоциональной сферы личности / И. В. Грошев, Т. А. Загузова, Ю. А. Давыдова // Социально-экономические явления и процессы. 2006. №1-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/korrelyaty-polovyyh-razlichiy-emotsionalnoy-sfery-lichnosti> (дата обращения: 18.08.2021).

9. Дильман, В. М. Большие биологические часы. (Введение в практическую медицину) / В. М. Дильман. — М.: Наука, 1982. — 108 с.

10. Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности / О. П. Елисеев. – СПб, 2003. – С.226-227.

11. Ермолаева М. В. Психология развития : методическое пособие для студентов заочной и дистанционной форм обучения. – 2-е изд. – М. : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : МОДЭК, 2003. – 376 с.

12. Исаева, Е. Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни / Е. Р. Исаева. – СПб.: СПбГМУ. – 2009. – 135 с.

13. Кон, И. С. Пол и гендер. Заметки о терминах [Электронный ресурс] / И. С. Кон // Сексология. Персональный сайт И. С. Кона. – Режим доступа – <http://sexology.narod.ru/publ037.html>

14. Немцева А.В. К вопросу о роли телесности в формировании

самосознания личности / А.В. Немцева // Современный ученый. — 2017. — № 6. — С. 295-298.

15. Солодников В. В. «Кризис среднего возраста»: теоретическая интерпретация переживаемого опыта / В. В. Солодников, И. В. Солодникова // Мониторинг. 2009. №4 (92). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/krizis-srednego-vozrasta-teoreticheskaya-interpretatsiya-perezhivaemogo-opyta> (дата обращения: 18.08.2021).

16. Трофимова Е. Л. Особенности психологического портрета людей, переживающих кризис среднего возраста / Е. Л. Трофимова, А. В. Всенкин, С. К. Малахаева // BaikalResearchJournal. 2019. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-psihologicheskogo-portreta-lyudey-perezhivayuschih-krizis-srednego-vozrasta> (дата обращения: 18.08.2021).

17. Фонталова Н.С. Особенности самосознания женщин, ведущих здоровый образ жизни / Н.С. Фонталова // Психология в экономике и управлении. — 2013. — № 1. — С. 44-50.

18. Хитрук Е. Б. Когнитивная стратегия денатурализации половых различий в теории Сандры Бем // Манускрипт. 2017. №5 (79). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kognitivnaya-strategiya-denaturalizatsii-polovyh-razlichiy-v-teorii-sandry-bem> (дата обращения: 18.08.2021).

19. Чернобровкина С. В. Гендерные особенности переживания и преодоления кризиса середины жизни // ОмГУ. 2014. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/gendernye-osobennosti-perezhivaniya-i-preodoleniya-krizisa-serediny-zhizni> (дата обращения: 17.08.2021).

20. Шатская, С. В. Особенности эмоциональной сферы женщин среднего возраста / С. В. Шатская. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2018. — № 37 (223). — С. 142-145. — URL: <https://moluch.ru/archive/223/52627/> (дата обращения: 18.08.2021).

21. Шихи, Г. Возрастные кризисы. Ступени личностного роста / Г. Шихи. — СПб.: Ювента, 1999. — 435 с.

22. Шляпникова И. А. Методика диагностики симптомов нормативного кризиса взрослости / И. А. Шляпникова // Вестник ЮУрГГПУ. 2009. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-diaagnostiki-simptomov-normativnogo-krizisa-vzroslosti> (дата обращения: 18.08.2021).

23. Шмагина Ю.Д. Проблема кризиса среднего возраста в отечественной и зарубежной науке / Ю.Д. Шмагина // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. — 2017. — Т. 23, № 2. — С. 97-99.

24. Официальный сайт профессиональной корпорации психологов России. Этический Кодекс психолога. Электронный ресурс. Режим доступа: <http://psyrus.ru/rpo/documentation/ethics.php>. (дата обращения: 11.05.2023).

otchet-studenta.ru
 praktikusdal@yandex.ru

Приложения

№	Пол	Опустошенность и потеря интереса	Раздражительность и конфликтность	Самочувствие	Оценка психической активности	Оценка интереса	Оценка эмоционального тонуса	Оценка напряжения	Оценка комфортности
1	ж	1,05	1,1	-1,2	10	9	8	10	12
2	ж	1,1	1,05	-1,3	11	7	6	12	13

3	ж	0,8	1,12	-1	12	9	8	16	15
4	ж	1,2	0,9	-1,1	9	10	9	13	16
5	ж	1,01	0,8	-0,9	8	11	10	15	18
6	ж	0,7	1,02	-1,1	6	13	12	17	15
7	ж	1,2	1,09	1,2	5	15	16	15	20
8	ж	1,1	1,2	1,1	10	12	15	13	19
9	ж	1	0,8	-1,4	13	13	13	20	16
10	ж	0,9	1,05	1,2	16	16	14	18	17
11	м	0,8	0,7	1	15	18	13	16	12
12	м	0,7	0,8	1,3	13	17	15	12	9
13	м	0,9	0,9	1,2	17	16	12	10	7
14	м	0,7	1	-1,1	15	15	20	9	6
15	м	0,4	1,2	1,2	13	14	18	12	12
16	м	0,8	1,1	-1,3	10	19	19	10	16
17	м	0,5	0,8	-1,1	9	18	15	15	15
18	м	1,2	0,7	1,1	15	20	16	16	17
19	м	1	0,9	1,2	16	19	10	18	15
20	м	0,9	1	-1,2	20	18	16	17	16

otchet-studenta.ru
praktikusdal@yandex.ru