

Звонова Елена Владимировна

канд. пед. наук, доцент

Копыт Виктория Николаевна

студентка

Ульяновская Ангелина Сергеевна

студентка

Чернышева Елизавета Алексеевна

студентка

ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет»

г. Москва

DOI 10.31483/r-149174

УМЕНИЕ ДИАГНОСТИРОВАТЬ НЕБЛАГОПОЛУЧИЕ И ТРЕВОГУ РАБОТНИКА В КОМПЕТЕНТНОСТИ ПСИХОЛОГА ОРГАНИЗАЦИИ

***Аннотация:** подготовка будущих психологов к диагностике неблагополучия и тревоги у работников организации требует поиска эффективных методов и форм организации практических занятий. Целью обучения выступает отработка способов получения, умения декодировать и способность к рефлексии внешних, поведенческих проявлений внутреннего состояния субъекта. Практические занятия в художественных музеях могут предоставить такие возможности.*

***Ключевые слова:** диагностика, благополучие, тревога, психология, произведения искусства, анализ.*

Работники организации составляют важный ресурс любой организации, поскольку их компетентность, знания и таланты являются потенциалом организационного развития. Организация, в которой работает человек, обеспечивает сотрудника не только материальными благами, но также создаёт (или нет) условия для профессионального развития и личностного благополучия.

Означенная концепция взаимности дает возможность интегрировать широкий спектр данных и концепций из организационной психологии, социологии и

клинической психологии. Она объясняет психологическое значение организации для человека и наоборот. Специфические условия, которые формируют основу для неблагополучия и тревоги персонала составляют область, до сих пор почти не затронутую психологическими исследованиями [5].

В этом случае на первое место выходит проблема профессиональной подготовки психолога организации, его умение обращать внимание на скрытые проявления внутренней борьбы и неустроенности сотрудника. В этом ракурсе необходимо выделять не только тех специалистов, которые готовы покинуть свою организацию, но также особо отмечать «застывших» работников, которые хотели бы уйти от своих работодателей, но по разным причинам не могут. Современные исследования показывают совершенно разные стратегии организационного поведения, спровоцированного действиями и планами руководства у людей, которые готовы покинуть организацию и теми, кто вынужден остаться. Современные исследования показывают, что любые формы поддержки (в том числе и психологические) со стороны организации в трудные для сотрудников времена воспринимаются положительно, что позитивно отражается на ощущении собственного благополучия и производительности труда [8].

Исследования психологического благополучия [2; 3] поднимают вопросы ранней диагностики неблагоприятных переживаний, которые очень часто проявляется в скрываемой, а иногда переживаемой открыто, тревоге.

Тревогу называют психологическим эквивалентом физической боли, которая не позволяет разуму находить разумные и оптимальные решения жизненных ситуаций. Тревога характеризуется невозможностью преодоления сильных противоречивых эмоций, что приводит к поиску механизмов разрешения конфликта. Одним из самых распространенных способов преодоления тревоги является подавление. В процессе подавления разум просто блокирует одну сторону противоречивых эмоций. Однако в случае, если подавление не имеет успеха, то подавляемая информация с новой силой и более подробными деталями актуализируется в сознании [6].

Одна из причин, по которой чрезмерное использование защитных механизмов создает проблемы для людей, заключается в том, что формирование реакции, проекция, рационализация и смещение имеют тенденцию искажать реальность. Субъект, переживающий тревогу, вынужденный блокировать одну сторону конфликта, самостоятельно создает ситуацию, которая ограничивает способность видеть все аспекты проблемы. Это, в свою очередь, затрудняет выбор наиболее подходящего решения [4].

Таким образом, возможность ранней диагностики неблагополучия, прогнозирования симптомов тревоги является важной основой сохранения психического и физического здоровья и производительности труда [7].

Большие возможности для подготовки к ранней диагностике неблагополучия взрослых людей предоставляет нам искусство, которое имеет не только исключительное значение для духовно-нравственного развития, для умения вести внутренний диалог [1], но также позволяет идентифицировать, выделить и проанализировать проявления тревоги в условиях знакомства с художественными артефактами.

Практические занятия для подготовки психологов к диагностике внутреннего состояния человека могут проходить в художественных галереях, музеях и театрах, где представлены лучшие образцы отечественного и зарубежного искусства.

Начать практические занятия лучше со знакомства с произведениями скульптуры. Например, «Портрет неизвестного» Ф. Шубина позволяет увидеть явно переданное состояние внутреннего благополучия и уверенности в себе: спокойный и уверенный поворот головы, ясный и открытый взгляд, твердо, но без злости сжатые губы. Этот человек явно был лишен переживаний тревоги и неуверенности в себе.

В живописной работе Ф.С. Рокотова «Коронационный портрет Екатерины II» можно увидеть воплощение человека, абсолютно уверенного в себе. Лицо Екатерины выражает твердость, решимость, а направленный вперед взгляд должен показать ее приверженность к прогрессу и реформам. Портрет вызывает уважение и восхищение. Екатерина изображена сидящей на троне, ее мимика, осанка, высоко поднятая голова – все показывает внутреннюю уверенность и власть.

Знаменитая скульптура М.М. Антокольского «Царь Иоанн Васильевич Грозный» позволяет увидеть воплощение внутренней борьбы, тревоги и противоречивых чувств. При первом взгляде на скульптуру особенно бросается в глаза поза, в которой сидит царь: поникшая голова, локоть, сползающий с трона, говорят о том, что царь испытывает мучительные страдания. Впившаяся в подлокотник трона пальцы другой руки, зажатые в кулак четки и вздувшиеся вены указывают на напряжение и сдерживаемую ярость.

Страх, боль, печаль и глубокое душевное волнение выражаются во взгляде, в опущенной голове и хмурых чертах лица. Сжатые губы говорят о внутреннем напряжении. Иван Грозный был известен своим жестоким характером и склонностью к паранойе – этим можно объяснить его отрешенный вид, полное погружение во внутренние конфликты, сомнения и ощущение уязвимости.

В картине Виктора Васнецова «Царь Иван Васильевич Грозный» царь изображен в полном величии и в полном одиночестве в одном из узких внутренних переходов дворца. Он угрюм и насторожен – то ли подслушал крамольные речи, то ли тишина вызывает внутреннюю тревогу. По этой картине можно явно провести анализ несоответствия внешних проявлений богатства и власти и внутреннего состояния.

На портрете В. Перова «Портрет писателя Федора Михайловича Достоевского» ярко представлено изображение внутреннего неблагополучия и тревоги – писатель показан с бледным и осунувшимся лицом, кисти рук сцеплены на коленях, как человек, замкнувшийся и переживающий глубокое раздумье и тоску. Достоевский не смотрит на зрителя, он весь погружен в свои мысли и страдания. Высокий лоб, слабые черты лица, скованная поза – все говорит об уязвимости и неуверенности.

Умение увидеть и интерпретировать тревогу и общее неблагополучие можно научиться на анализе высокохудожественных постановках в российских театрах. Например, пьеса Ж. Сиблейраса «Ветер шумит в тополях» представляет историю трех несчастных, одиноких и больных людей, которые проживают в доме военных ветеранов [9].

Несмотря на то, что, казалось, они все потеряли в жизни, три друга мечтают, обсуждают свои надежды, стремления и разочарования. Они стремятся к чему-то необычному и неординарному, пусть это всего лишь дойти до края поля, где шумят далекие тополя. Их безрассудный «побег» из действительности воспринимается как единственно правильное решение, что подтверждается чудом ожившей статуи собаки. Походка, мимика, жесты, грим и интонации помогают создать образ персонажа, отражая его эмоциональное состояние, личностные и возрастные особенности. Идея дойти до тополей позволила героям пьесы создать свою собственную историю и дала надежду снова почувствовать себя смелыми, молодыми и независимыми.

В процессе разворачивания сюжета актеры показывают, как, не смотря на старость и болезнь, появляется внутренняя уверенность, преодолевается чувство внутреннего неблагополучия и тревога.

Таким образом, анализируя произведения искусства, можно получить базовые умения предварительной диагностики внутреннего состояния человека, опираясь на внешние, поведенческие индикаторы.

Список литературы

1. Зеленкова И.В. Психологические аспекты взаимодействия личности и искусства / И.В. Зеленкова // Герценовские чтения. Художественное образование ребёнка. -2017. – Т. 3. №1. – С. 48–55. – EDN YINTJB
2. Круглова М.А. Психологическое благополучие и проактивное совладающее поведение сотрудников организаций / М.А. Круглова, Л.А. Верещагина, В.Г. Круглов [и др.] // Петербургский психологический журнал. – 2020. – №33. – С. 112–133. EDN DLJWDJ
3. Нестик Т.А. Социальный оптимизм и психологическое благополучие сотрудников организации в условиях санкций / Т.А. Нестик // Личность: ресурсы и потенциал. – 2022. – №2 (14). – С. 89–101. EDN DBLPMF

4. Griffin J.B., Anxiety J.R. Clinical Methods: The History, Physical, and Laboratory Examinations / In: Walker H.K, Hall W.D, Hurst J.W. editors. 3rd edition. – Boston: Butterworths, 1990 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK315/> (дата обращения: 05.06.2025).
5. Levinson H. Reciprocation: The relationship between man and organization // Consulting psychology: Selected articles by Harry Levinson / A.M. Freedman, K.H. Bradt (Eds.). – 2009. – P. 31–47. DOI: 10.1037/11848–002
6. MacKenzie K.R. The eclectic approach to the treatment of phobias // Am J Psychiatr. 1973. №130. P. 1103–1106.
7. Mendoza L.S.M., Trujillo-Güiza M., Forero D.A. et al. Health, psychosocial and cognitive factors associated with anxiety symptoms // Curr Psychol. 2024. №43. P. 22376–22388. DOI: 10.1007/s12144–024–05998–3. EDN EREZEC
8. Phillips J.M., Roumpi D., Magrizos S., Moraes C. Examining retaliation intentions among stuck employees // Journal of Business and Psychology. 2024. DOI: 10.1007/s10869–024–09971–6. EDN HWIYRM
9. Жеральд Сиблейрас Ветер шумит в тополях // Театр им. Евг. Вахтангова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vakhtangov.ru/show/veter-shumit-v-topolyah/> (дата обращения: 05.06.2025).