

## ОБРАЗНАЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛОВ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ РАБОТЫ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ВАХТОВОГО ЗАЕЗДА НА ПРЕДПРИЯТИЯХ КРАЙНЕГО СЕВЕРА

© 2013 Т.С.Войтехович, Н.Н.Симонова

Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В.Ломоносова.  
Архангельск

Статья поступила в редакцию 18.06.2013

В статье представлены результаты изучения образа вахты у профессионалов, работающих вахтовым методом на предприятиях Крайнего Севера. В ходе анализа представлений профессионалов о вахте были выявлены особенности, характерные представления в начале вахты и в конце вахты, представления у профессионалов, стаж работы которых менее 3-х лет, и стаж работы которых более 15-ти лет.

*Ключевые слова:* вахтовый труд, образ вахты, образная саморегуляция, психосемантика, семантический дифференциал, Крайний Север.

Вахтовый метод по-прежнему актуален на предприятиях, ориентированных на добычу полезных ископаемых. Сложные климатогеографические условия, высокая интенсивность труда, специфика самого производства предъявляют повышенные требования к профессионалу. Саморегуляция в столь специфических условиях труда является важной компетенцией профессионала, которая помогает ему сохранять свое здоровье и эффективно работать в течение всего вахтового заезда.

В результате исследования динамики функциональных состояний профессионалов в течение вахты (при разных по длительности вахтах: 15-, 24-, 52- дневная вахты) был обнаружен следующий феномен: динамика состояний профессионалов зависит не столько от физических параметров времени, сколько от того, на каком этапе вахтового заезда находится профессионал<sup>1</sup>. Таким образом, восприятие этапности вахты влияет на динамику состояний профессионала в течение вахты. Образ вахты определяет восприятие и интерпретацию профессионалом событий, происходящих в течение вахтового заезда, тем самым выступая регулятором его деятельности.

Современная наука большое внимание уделяет изучению когнитивных структур. Исследования ведутся в области педагогики и образования (В.В.Гребнева, 2011; И.А.Колениченко, 2011; Г.З.Шафикина, 2011), истории (О.С.Абрамкин, 2012), социологии, лингвистики

(И.О.Мазирка, 2013), культурологи (О.Ф.Нескрябина, 2011; Ж.В.Пузанова, А.В.Медведева, 2013), психофизиологии (Я.М.Бухаров, М.В.Голубев, 2012).

Изучение представлений и схем восприятия и структурирования опыта человеком ведется в различных областях психологического знания: политической психологии (Н.В.Козловская, 2012; А.А.Романов, О.В.Новоселова, 2012), этнической психологии (В.Ф.Петренко, О.В.Митина, М.Ш.Магомед-Эминов, 2012; О.Ф.Нескрябина, 2012; Л.И.Эрхитуева, 2011), педагогической психологии (М.Я.Добря, 2012). В психологии труда данный аспект раскрывается в исследовании профессиональной подготовки (Д.П.Заводчиков, Т.О.Коновалова, 2012; В.А.Склеинис, С.А.Чердиченко, А.В.Степанюк, 2012), изучении ментальных репрезентаций профессиональных задач (Ю.В.Бессонова, 2012), профессионального самосознания и профессиональной идентичности (М.А.Щукина, 2011) и других.

О роли образа как регулятора деятельности профессионала написано в трудах Б.Ф.Ломова и Е.А.Климова. Б.Ф.Ломов исследовал роль образа полета в профессиональной деятельности и отмечал, что образ полета играет особую роль в регуляции профессиональной деятельности летчика<sup>2</sup>. Е.А.Климов отмечает в своих работах, что образ мира – важная составляющая сознания и область регуляторов повседневного поведения, причем представления профессионала об окружающем мире и о себе – существенная область саморегуляции его активности: частные, конкретизированные образы-регу-

<sup>1</sup> *Войтехович Татьяна Сергеевна, соискатель, ассистент каф. психологии. E-mail: [t.voytekovich@narfu.ru](mailto:t.voytekovich@narfu.ru)*  
*Симонова Наталья Николаевна, доктор психологических наук, заведующий кафедрой психологии. E-mail: [n.simonova@narfu.ru](mailto:n.simonova@narfu.ru)*

<sup>1</sup> *Симонова Н.Н. Психология вахтового труда на Севере: Монография. – Архангельск: 2010.*

<sup>2</sup> *Завалова Н.Д., Ломов Б.Ф., Пономаренко В.А. Образ в системе психологической регуляции деятельности / Отв. Ред. д-р психол. наук проф. Ю.М.Забродин. – М.: 1986.*

ляторы поведения и деятельности возникают только в контексте целостного образа мира, как его актуализированная часть<sup>3</sup>.

Идеи о значимости представлений и смыслов человека в регуляции его поведения и состояний развивает А.О. Прохоров. Его работы в области изучения семантических пространств психических состояний<sup>4</sup> позволяют раскрыть роль сознания в регуляции состояний человека. В своих исследованиях Александр Октябрьевич классифицирует психические состояния по степени сложности (относительно «простые», состояния относительно средней сложности, сложные состояния), по длительности (кратковременные, текущие, длительные), по ведущему психическому процессу (деятельностные, эмоциональные, волевые, интеллектуальные, состояния, связанные с системой отношений к внешнему миру, состояний общения, психофизиологические состояния)<sup>5</sup>. Обратимся к этим классификациям при описании представлений профессионалов о состояниях в структуре образа вахты.

Изучением связи образа мира и образа жизни так же занимается В.П. Серкин<sup>6</sup>. В статье 2011 года В.П. Серкин на основании обзора ряда последних исследований, проводимых в психологической науке в области изучения труда специалистов, работающих в режиме вахтового, сезонного, полевого и сменного графика<sup>7</sup>, вы-

деляет одиннадцать параметров описания профессионального образа жизни, которые особенно ярко проявляются в вышеперечисленных профессиях: специфичные циклы работы, специфичные циклы других видов деятельности, специфика профессионального и межличностного общения, физиологический и социальный десинхронозы, чередование периодов адаптации и реадaptации<sup>8</sup>.

Н.Н. Симоновой были так же описаны особенности профессионального образа жизни вахтовых работников на предприятиях Крайнего Севера, которые получены в результате анализа данных ряда проведенных экспедиционных исследований на нефтепромыслах Крайнего Севера<sup>9</sup>. Роль образа вахты в регуляции состояний профессионала подтверждается выявленным феноменом зависимости динамики состояний в течение вахты от восприятия длительности вахты<sup>10</sup>. В данной статье представлены результаты исследования образа вахты, как регулятора деятельности, у профессионалов с разным стажем работы на различных этапах вахтового заезда на предприятиях Крайнего Севера.

*Дизайн исследования.* Для реализации поставленной цели использовались данные, полученные в исследовательских экспедициях по изучению специфики вахтового труда в нефтяной и алмазодобывающей отрасли за период с 2008 по 2012 годы. В исследовании приняли участие 104 специалиста различных профессий, работающих вахтовым методом на предприятиях Крайнего Севера.

Образ вахты изучался нами с помощью семантического дифференциала. По стандартным шкалам семантического дифференциала оценивались понятия, связанные с этапами вахты – «начало вахты», «середина вахты», «конец вахты»; различными состояниями человека – «неудовольствие», «обида», «тревога», «смущение», «взволнованность», «растерянность», «удовлетворенность собой», «раздражение», «сомнение», «радость», «надежда», «удоволь-

<sup>3</sup> Климов Е.А. Образ мира в разнотипных профессиях. – М.: 1995.

<sup>4</sup> Прохоров А.О. Семантические пространства психических состояний. – Дубна: 2005; *Он же.* Функциональные структуры саморегуляции психических состояний // Субъект и личность в психологии саморегуляции: Сб. науч. трудов / Под ред. В.И. Моросановой. – М.; Ставрополь: 2007.

<sup>5</sup> *Он же.* Семантические пространства психических состояний. – Дубна: 2005.

<sup>6</sup> Серкин В.П. Взаимосвязь образа мира и образа жизни // Мир психологии. – 2009. – № 4. – С. 109 – 119; *Он же.* Проблема эргономического проектирования профессионального образа жизни специалистов, работающих в режиме вахтового, сезонного, полевого и сменного графика // Вестник Северо-Восточного государственного университета. – 2011. – Т. 15. – № 16. – С. 23 – 31; *Он же.* Психологические механизмы формирования образа мира // Там же. – 2011. – Т. 15. – № 15. – С. 58 – 62.

<sup>7</sup> Бахтина Н.Н. Временная синхронизация семьи субъектов труда, работающих в различных временных режимах // Вестник Северо-Восточного государственного университета. – 2011. – Т. 15. – № 15. – С. 27 – 31; Бондарчук Н.В. Анализ факторов экстремальности старательского труда // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2007. – № 6. – С. 25 – 35; Гаранина О.А. Особенности организации времени жизни специалистов, работающих в сменном режиме сменного графика // Ученые записки кафедры психологии Северного международного университета / Под ред. В.П. Серкина,

И.Ю. Кузнецова, Ю.Е. Якуниной. – Вып. 6. – Магадан: 2007. – С. 27 – 39; Колесникова В.В. Влияние профессиональной деятельности на образ жизни и образ мира специалистов, работающих вахтовым методом // Ученые записки кафедры психологии Северо-Восточного Государственного университета. – Вып. 6. – Магадан: 2007. С. 39 – 44; Шунькова С.В. Проблемы психологического изучения профессиональной деятельности геологов // Там же. – С. 158 – 164.

<sup>8</sup> Серкин В.П. Проблема эргономического проектирования профессионального образа жизни .... – С. 23 – 31.

<sup>9</sup> Симонова Н.Н. Психологические аспекты вахтового труда нефтяников в условиях Крайнего Севера: Монография. – М.: 2008; *Она же.* Психология вахтового труда на Севере....

<sup>10</sup> *Она же.* Психологические аспекты вахтового труда нефтяников в условиях Крайнего Севера.....

ствие», «рассеянность», «разочарование», «уверенность», «неудовлетворенность собой», «удивление», «огорчение»; другие понятия – «я, как профессионал», «я, какой я есть», «я, каким я хочу быть», «моя семья», «мои коллеги», «мое руководство», «мои друзья», «работа», «отдых». Данная методика проводилась в начале и в конце вахты в период вахтового заезда.

Обработка полученных данных производилась с помощью методов описательной статистики, непараметрических критериев Манна-Уитни, Колмогорова-Смирнова; кластерного, корреляционного и многомерного дисперсион-

ного анализ в программе IBM SPSS Statistics 19.0.

*Специфика образа вахты у профессионалов на различных этапах вахтового заезда.* Для каждой группы (все сотрудники вне зависимости от этапа вахты, представления о вахте в начале вахтового заезда, представления о вахте в конце вахтового заезда) был составлен усредненный профиль с помощью методов описательной статистики (мера центральной тенденции – мода). В кластерном анализе применялся метод Варда (Ward's method). Проанализируем представления о вахте в целом, а так же на разных этапах вахтового заезда.

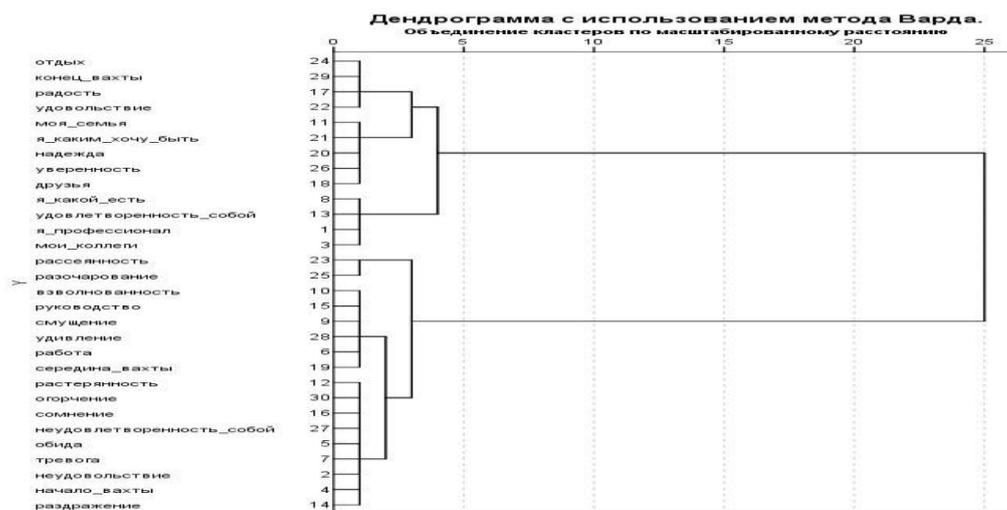


Рис. 1. Дендрограмма представлений о вахте в целом по группе

Представления о вахте в целом по группе, вне зависимости от этапа вахтового заезда изображены в виде дендрограммы на рис. 1. Анализ шагов агломерации показал, что оптимальное количество кластеров – 6.

В первый кластер вошли понятия «отдых», «конец вахты», «радость», «удовольствие», которые описывают представления профессионалов о последнем этапе вахты. Конец вахты ассоциируется с отдыхом и состояниями радости и удовольствия, которые можно классифицировать как простые и состояния средней степени сложности, кратковременные и текущие по длительности, эмоциональные и состояния, связанные с системой отношений к внешнему миру.

Во второй кластер вошли понятия «моя семья», «я, каким я хочу быть», «надежда», «уверенность», «друзья». Данный кластер объединяет в себе значимых для человека людей – семью и друзей, с которыми связаны определенные надежды, ощущение уверенности. Отнесение понятия «я, каким я хочу быть» (идеальное я) может говорить о желании быть таким же, как друзья и семья, а так же говорить о том, что человек хочет быть рядом с ними. Согласно дендрограмме, первый и второй кла-

стеры объединяются в больший кластер, который соответствует представлениям человека о конце вахты. Конец вахты ассоциируется с отдыхом, позитивными эмоциональными состояниями, семьей и друзьями, идеальным я.

В третий кластер вошли понятия «я, какой я есть» (реальное я), «удовлетворенность собой», «я, как профессионал», «мои коллеги». Реальное я профессионала в представлениях тесно связано представлением себя, как профессионала в кругу коллег.

В четвертый кластер вошли два понятия: «рассеянность» и «разочарование». Данные понятия представляют определенные состояния человека, близко не связаны в представлениях ни с одним из этапов вахты, а так же с другими маркерными понятиями. Объединены в общую группу по близости представлений в сознании профессионалов об этих состояниях.

Пятый кластер включил в себя комплекс понятий, описывающий рабочий процесс в середине вахты. В данный кластер вошли понятия «взволнованность», «руководство», «смущение», «удивление», «работа», «середина вахты». Рабочий процесс в середине вахты ассоциируется с руководством и различными крат-

ковременными состояниями средней степени сложности, относящимися к группам состояния общения и состояния, связанные с системой отношений к внешнему миру.

В шестой кластер вошли понятия, описывающие представления работника о состояниях в начале вахты: «растерянность», «огорчение», «сомнение», «неудовлетворенность собой», «обида», «тревога», «неудовольствие», «начало вахты», «раздражение». Начало вахты ассоциируется с состояниями растерянности, огорчения, сомнения, неудовлетворенности собой, обиды, тревоги, неудовольствия и раздражения – состояниями средней степени сложности и сложными, текущими и длительными, преимущественно с негативной окраской. В дендрограмме пятый и шестой кластеры объединяются в больший кластер, описывающий состояние работника в рабочий период начала и середины вахты.

Таким образом, представления профессионалов о вахте имеют ряд особенностей:

1. Различные этапы вахты ассоциируются с разными состояниями, которые может испытывать профессионал в вахтовый период. Начало вахты ассоциируется с состояниями средней степени сложности и сложными, текущими и длительными по продолжительности, преимущественно с негативной окраской: растерянность, огорчение, сомнение, неудовлетворенность собой, обида, тревога, неудовольствие, раздражение. Эти состояния могут быть связаны с переживанием периода адаптации к вахте, сменой периода отдыха на рабочий период. Середина вахты ассоциируется с руководством и с кратковременными состояниями средней степени сложности, относящимися к группам состояния общения и состояния, связанные с системой отношений к внешнему миру: взволнованность, удивление, смущение. Эти представления могут описывать представления о рабочем процессе в середине вахты, который ассоциируется с рабочими вопросами, взаимодействием с руководством, а так же кратковременными состояниями, возникающими в результате различных рабочих моментов. Конец вахты ассоциируется с простыми и средними по степени сложности состояниями, кратковременными и текущими по длительности эмоциональными состояниями и состояниями, связанными с системой отношений к внешнему миру, позитивными по окраске: радость и удовольствие. Конец вахты представляется работнику позитивным и относительно простым по переживанию периодом ввиду того, что это период окончания вахты и скорого начала межвахтового периода.

2. Реальное я («я, какой я есть») и представление о себе как о профессионале близки в

семантическом пространстве группы вахтовых работников. Понятие «мои коллеги» в семантическом пространстве ближе к понятию «я, какой я есть», чем другие понятия, отображающие другие группы людей – «моя семья», «друзья», «руководство», что может говорить о том, что в период вахтового заезда работник больше всего себя ассоциирует с группой коллег, чем с какой-либо другой социальной группой.

3. Представления о семье и друзьях ассоциируются с позитивно окрашенными состояниями (надежда, уверенность в себе), а так же с идеальным я. Можно предположить, что в период вахты профессионал представляет себя в идеале рядом с семьей и друзьями, понимая, что реально он сейчас находится в рабочем процессе.

Представления о вахте на разных этапах вахтового заезда у профессионалов различаются. Рассмотрим отдельно представления о вахте в начале и в конце вахты.

*Образ вахты у профессионалов в начале вахтового заезда.* Группировка понятий, полученная в результате кластерного анализа, показана в виде дендрограммы на рис. 2. Анализ шагов агломерации показал, что оптимальное количество кластеров – 4 (с 26 на 27 шаг наблюдается резкий переход).

В первый кластер вошли понятия, описывающие представления профессионала о последнем этапе вахты: «конец вахты», «отдых», «радость», «удовольствие». Конец вахты ассоциируется с отдыхом и состояниями радости и удовольствия – простыми и состояниями средней степени сложности, кратковременными и текущими по длительности, эмоциональными и состояниями, связанными с системой отношений к внешнему миру.

Во второй кластер вошли понятия «надежда», «я, каким я хочу быть», «моя семья», описывающие представления профессионала о семье, идеальном я и состоянии, описанном понятием «надежда».

В третий кластер вошли понятия, описывающие представления профессионала о середине вахты: «работа», «середина вахты», «я, как профессионал», «я, какой я есть», «удовлетворенность собой», «друзья», «мои коллеги», «уверенность». Середина вахты в представлениях ассоциируется с рабочим процессом («работа»), реальным я (я, какой я есть) профессионала (тесно связанным с представлением о себе, как о профессионале), его коллегами, друзьями, а так же состоянием уверенности.

В четвертый, наиболее большой по объему, кластер вошли понятия, описывающие представления о начале вахты: «растерянность»,

«огорчение», «рассеянность», «неудовлетворенность собой», «тревога», «обида», «разочарование», «неудовольствие», «начало вахты», «взволнованность», «руководство», «смущение», «удивление», «сомнение», «раздражение». Начало вахты ассоциируется с руководством и различными состояниями: сложными и средними по степени сложности, кратковременными, текущими и длительными по продолжительности, различными по эмоциональной окраске.

Исходя из вышенаписанного, представления о вахте у профессионалов в начале вахтового заезда имеют ряд особенностей:

1. Различные этапы вахты ассоциируются с разными состояниями, которые может испытывать профессионал в вахтовый период. Начало вахты ассоциируется с руководством и множеством состояний, различных по сложности,

длительности, эмоциональной окраске. Эти состояния могут быть связаны с переживанием периода адаптации к вахте, сменой периода отдыха на рабочий период. Ассоциативная связь «начала вахты» с большим количеством понятий, отображающих разные состояния человека может говорить о детализированном в области переживания состояний образе начала вахты в начале вахтового заезда. Середина вахты ассоциируется с рабочим процессом, реальным я профессионала, тесно связанным с представлением о себе, как о профессионале, его коллегами, друзьями, а так же состоянием уверенности. Конец вахты представляется работнику позитивным и относительно простым по переживанию периодом ввиду того, что это период окончания вахты и скорого начала межвахтового периода.

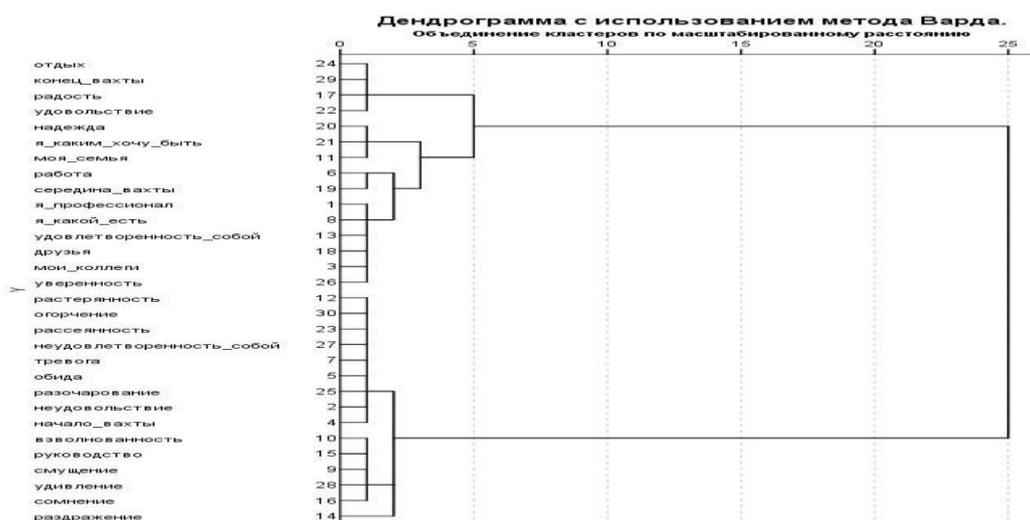


Рис. 2. Дендрограмма представлений о вахте в начале вахтового заезда

2. Реальное я и представление о себе как о профессионале близки в семантическом пространстве группы вахтовых работников в начале вахты. В начале вахтового заезда профессионал представляет себя уверенным, удовлетворенным в кругу коллег и друзей. Близость в представлении понятий «друзья» и «мои коллеги» может говорить о представлении о коллегах на данном этапе вахты, как о друзьях на данный временной период.

3. Представления о семье ассоциируются с позитивно окрашенными состоянием надежды, а так же с идеальным я. Можно предположить, что в период вахты профессионал представляет себя в идеале рядом с семьей, понимая, что реально он сейчас находится в рабочем процессе.

*Образ вахты у профессионалов в конце вахтового заезда.* Группировка понятий, полученная в результате кластерного анализа, показана в виде дендрограммы на рис. 3. Анализ шагов агломерации показал, что оптимальное

количество кластеров – 5 (с 25 на 26 шаг наблюдается резкий переход).

В первый кластер вошли понятия, описывающие представления профессионала о конце вахтового заезда: «отдых», «конец вахты», «моя семья», «удовольствие», «друзья». Как и в начале вахтового заезда, в конце вахтового заезда «конец вахты» ассоциируется с отдыхом и состоянием удовольствия. Особенностью представлений в конце вахтового заезда является наличие ассоциаций «конца вахты» с понятиями «моя семья», «друзья», что может говорить о том, что на данном периоде вахтового заезда работник ассоциирует конец вахты со скорой встречей с друзьями и близкими.

Второй кластер объединил в себе понятия, описывающие представления профессионала о реальном я («я, какой я есть»), идеальном я («я, каким я хочу быть»), представления о себе, как профессионале («я, как профессионал»), а так же позитивно окрашенные состоя-

ния: «радость», «надежда», «удовлетворенность собой», «уверенность».

В третий кластер вошли понятия «рассеянность», «неудовлетворенность собой», «разочарования», описывающие состояние общей неудовлетворенности.

В четвертый кластер вошли понятия, описывающие представления о середине вахтового заезда: «работа», «удивление», «взволнованность», «мои коллеги», «смущение», «руководство», «середина вахты». В конце вахтового заезда, так же как и в начале вахтового заезда, середина вахты ассоциируется с руководством, коллегами. Взамен состояниям уверенности и удовлетворенности собой, середина вахты на данном временном этапе ассоциируется с крат-

ковременными состояниями средней степени сложности – удивлением и смущением, которые не имеют однозначной положительной или отрицательной эмоциональной окраски. В конце вахтового заезда уже нет тесной связи в представлениях профессионала реального и идеального я и середины вахты.

В пятый кластер вошли понятия, описывающие представления о начале вахты: «недовольство», «сомнение», «растерянность», «раздражение», «тревога», «огорчение», «обида», «начало вахты». Начало вахты на данном этапе вахтового заезда ассоциируется с различными состояниями средней степени сложности, текущих по длительности, с негативной эмоциональной окраской.

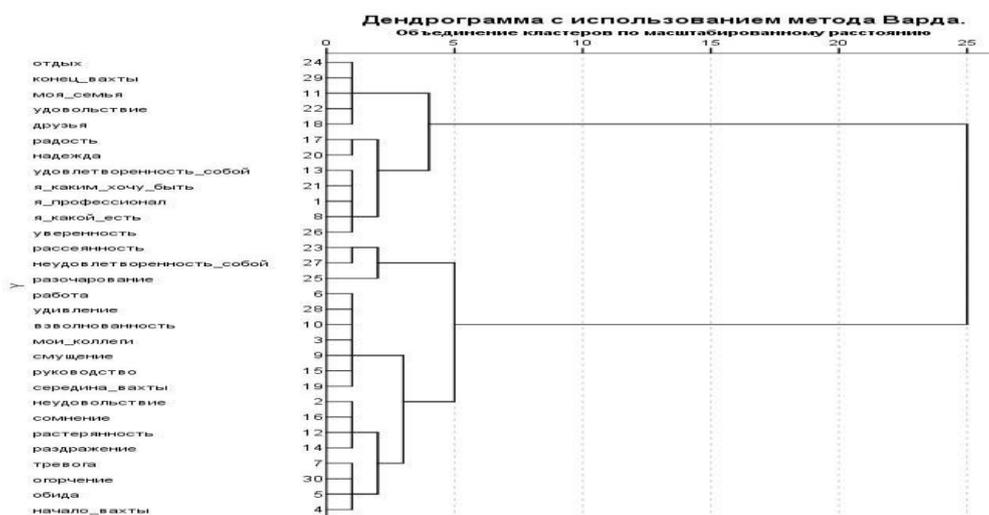


Рис. 3. Дендрограмма представлений о вахте в конце вахтового заезда

Итак, представления о вахте у профессионалов в конце вахтового заезда имеют ряд особенностей:

1. В отличие от представлений в начале вахтового заезда, в конце вахтового заезда начало вахты ассоциируется с меньшим количеством состояний, и они менее разнообразны (средние по степени сложности, текущие по длительности, характеризуются негативной эмоциональной окраской). Середина вахты ассоциируется с рабочим процессом, руководством, коллегами. Взамен состояниям уверенности и удовлетворенности собой, середина вахты на данном временном этапе ассоциируется с кратковременными состояниями средней степени сложности – удивлением и смущением, которые не имеют однозначной положительной или отрицательной эмоциональной окраски. В конце вахтового заезда уже нет тесной связи в представлениях профессионала реального и идеального я и середины вахты. Конец вахты ассоциируется не только с отдыхом и удовольствием, но и с понятиями «моя семья», «друзья», что может говорить о том, что на данном периоде вахтового

заезда работник ассоциирует конец вахты со скорой встречей с друзьями и близкими.

2. Реальное я, идеальное я и представление о себе как о профессионале выделились в отдельный позитивно окрашенный семантический блок, который при укрупнении кластеров, может объединиться с представлениями о конце вахты, семье и друзьях. В конце вахтового заезда, представления профессионала о себе и представления о семье, ближе, чем в начале вахтового заезда.

*Образ вахты у профессионалов в зависимости от стажа работы вахтовым методом.* Для каждой группы (представления о вахте у сотрудников, стаж работы вахтовым методом менее 3-х лет; представления о вахте у сотрудников, стаж работы вахтовым методом более 15-ти лет) был составлен усредненный профиль с помощью методов описательной статистики (мера центральной тенденции – мода). В кластерном анализе применялся метод Варда (Ward's method). Проанализируем представления о вахте у сотрудников с различным стажем работы вахтовым методом.

Образ вахты у профессионалов, стаж работы вахтовым методом которых не более 3-х лет. Представления о вахте у специалистов, стаж работы вахтовым методом которых менее 3-х лет, изображены в виде дендрограммы на рис. 4. Анализ шагов агломерации показал оптимальное количество кластеров – 7 (переход с 23 на 24 шаг).

Первый кластер объединил понятия, описывающие представления профессионалов о конце вахты: «отдых», «конец вахты», «радость», «удовольствие». Конец вахты ассоциируется с отдыхом и положительно окрашенными состояниями.

Второй кластер объединил в себе понятия «моя семья», «я, каким я хочу быть», «надежда», «я, какой я есть», «удовлетворенность собой», «я, как профессионал», «уверенность», «мои коллеги», «друзья». Представления о реальном я, идеальном я и о себе, как профессионале, в семантическом пространстве специалиста, работающего вахтовым методом менее 3-х лет, близки с представлениями о коллегах, семье, друзьях, а также ассоциативно связаны

с состоянием уверенности и удовлетворенности собой.

В третий кластер вошли понятия: «взволнованность», «удивление», «смущение», «руководство». Руководство ассоциируется у профессионалов с кратковременными состояниями средней степени сложности, которые не имеют однозначно положительной или отрицательной эмоциональной окраски.

В четвертый кластер вошли два понятия – «работа» и «середина вахты», что говорит о тесной ассоциативной связи середины вахты с работой.

В пятый кластер вошло одно понятие – «начало вахты», которое при укрупнении кластеров объединяется с понятиями третьего и четвертого кластеров. Профессионал, работающих вахтовым методом менее 3-х лет, ассоциативно связывает между собой начало, середину вахты и руководство, в то же время, не насыщая их большим количеством ассоциаций с другими маркерными понятиями и состояниями.

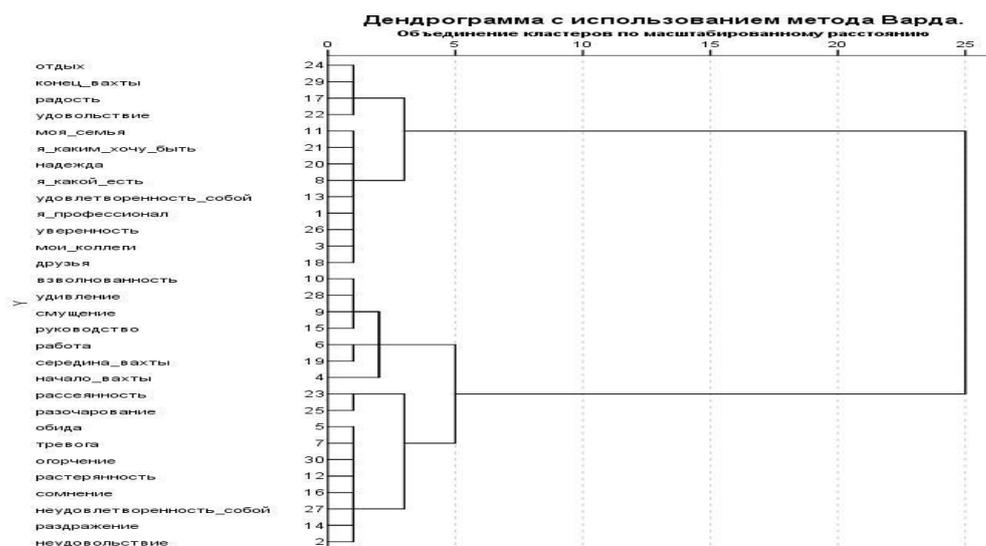


Рис. 4. Дендрограмма представлений о вахте у специалистов, стаж работы вахтовым методом которых менее 3-х лет

В шестой кластер вошли понятия, не связанные с каким-либо этапом вахты и другими маркерными понятиями, но объединившиеся по близости представлений об этих состояниях – «рассеянность» и «разочарование».

Седьмой кластер объединил понятия, обозначающие различные негативно окрашенные состояния, которые может испытывать профессионал: «обида», «тревога», «огорчение», «растерянность», «сомнение», «неудовлетворенность собой», «раздражение», «неудовольствие».

Таким образом, представления о вахте у профессионалов, стаж работы вахтовым мето-

дом которых менее 3-х лет имеют ряд особенностей:

1. Понятия, обозначающие различные этапы вахты, не имеют большого количества ассоциаций. Больше всего ассоциаций с последним этапом – концом вахты, который ассоциируется с отдыхом и положительно окрашенными состояниями. Середина вахты ассоциируется только с работой, а начало вахты не имеет близких ассоциаций с другими понятиями, и только при дальнейшем укрупнении кластеров объединяется с понятиями «середина вахты» и «руководство». В представлениях нет ассоциации каждого периода вахты с различными эмоцио-

нальными состояниями, сопровождающими данный период (за исключением ассоциации конца вахты с состоянием радости и удовольствия). Большая часть понятий, обозначающих преимущественно негативно окрашенные состояния, объединились в отдельный кластер, не связанный с какими-либо маркерными понятиями.

2. Представления о реальном я, идеальном я и о себе, как профессионале, в семантическом пространстве специалиста, работающего вахтовым методом менее 3-х лет, близки с представлениями о коллегах, семье, друзьях, а также ассоциативно связаны с состоянием уверенности и удовлетворенности собой.

*Образ вахты у профессионалов, стаж работы вахтовым методом которых более 15 лет.* Представления о вахте у специалистов, стаж работы вахтовым методом которых более 15-ти лет, изображены в виде дендрограммы на рис. 5. Анализ шагов агломерации показал оптимальное количество кластеров – 8 (с 22 на 23 шаг).

В первый кластер вошли понятия, описывающие начало и середину вахты: «руководство», «середина вахты», «смущение», «удивление», «начало вахты», «я, какой я есть», «взволнованность». Начало и конец вахты ассоциируются как единый неразрывный континуум, в ходе которого профессионал испытывает различные кратковременные эмоциональные состояния. Профессионал свое реальное я тесно ассоциирует с рабочим процессом в начале и в середине вахты, с руководством.

Второй кластер объединил понятия «тревога» и «раздражение», которые, возможно, ассоциативно похожи по особенностям переживания данных состояний.

Третий кластер объединил понятия «неудовольствие», «рассеянность», «растерянность», «сомнение», которые, возможно, ассоциативно похожи по особенностям переживания данных состояний. Эмоциональные состояния, объединившиеся в данную группу, отличаются от эмоциональных состояний второго кластера более спокойным и длительным протеканием, они не имеют в своей основе сильного напряжения, как состояния «тревога» и «раздражение».

В четвертый кластер объединились понятия, описывающие комплекс эмоциональных состояний профессионала в ситуации, когда он не удовлетворен собой: «неудовольствие собой», «огорчение», «разочарование», «обида» – это более глубокие эмоциональные состояния, чем в первой и второй группе, сильнее связаны с самоотношением и самооценкой профессионала.

В пятый кластер объединились понятия, описывающие представления профессионала о конце вахты: «отдых», «конец вахты», «радость», «удовольствие», «надежда». Конец вахты в представлении профессионалов, стаж работы вахтовым методом которых более 15 лет, ассоциируется с приятными эмоциональными состояниями.

В шестой кластер объединились понятия «я, каким я хочу быть», «уверенность», «друзья». Эта группа понятий описывает представления профессионала об идеальном я. Можно предположить, что профессионал в идеале хочет быть уверенным, в кругу друзей или быть похожим на своих друзей.

Седьмой кластер объединил в себе понятия, описывающие область профессионального я работника: «я, как профессионал», «работа», «мои коллеги», «удовлетворенность собой». Работник удовлетворен своей ролью – «я, как профессионал», он ощущает себя в рабочем процессе среди коллег.

Восьмой кластер составляет понятие «моя семья», которое близко не связано в ассоциативном поле профессионала с другими маркерными понятиями. При укрупнении кластеров объединяется с шестым и седьмым кластерами.

Опираясь на приведенный анализ, можно выделить ряд особенностей в представлениях о вахте у профессионалов, стаж работы вахтовым методом которых более 15-ти лет:

1. Начало и середина вахты ассоциируются как единый неразрывный континуум, в ходе которого профессионал испытывает различные кратковременные эмоциональные состояния. Конец вахты ассоциируется с отдыхом и различными позитивно окрашенными эмоциональными состояниями.

2. Реальное я профессионала в сознании тесно связано с рабочим процессом в начале и середине вахты, идеальное я тесно связано с состоянием уверенности и с друзьями, профессиональное я тесно связано с представлением о работе и коллегами.

3. Понятие семья в сознании тесно не связано с другими понятиями и составляет отдельную группу в представлении профессионалов.

4. В семантическом пространстве можно выделить несколько групп понятий, описывающие различные комплексы эмоциональных состояний. Первая группа объединяет в себе состояния текущие по длительности, относительно средней степени сложности, имеющие в своей основе напряжение: «тревога», «раздражение». Вторая группа объединяет в себе эмоциональные состояния, характеризующиеся более спокойным и длительным протеканием, не имеющие в своей основе сильного напряжения: «не-



«моя семья», «друзья», что может говорить о том, что на данном периоде вахтового заезда работник ассоциирует конец вахты со скорой встречей с друзьями и близкими.

У профессионалов, работающих вахтовым методом менее 3-х лет, в семантическом пространстве понятия, обозначающие различные этапы вахты, не имеют большого количества ассоциаций. Больше всего ассоциаций с концом вахты, связанным с отдыхом и положительно окрашенными состояниями. Середина вахты ассоциируется только с работой, а начало вахты не имеет близких ассоциаций с другими понятиями. Наблюдается отсутствие близких ассоциаций каждого периода вахты с различными эмоциональными состояниями, сопровождающими данный период (за исключением ассоциации конца вахты с состоянием радости и удовольствия). Представления о реальном я, идеальном я и о себе, как профессионале, в семантическом пространстве этих работников, близки с представлениями о коллегах, семье, друзьях.

У профессионалов, работающих вахтовым методом более 15-ти лет, начало, и середина вахты ассоциируются как единый неразрывный

континуум, в ходе которого профессионал испытывает различные кратковременные эмоциональные состояния. Конец вахты ассоциируется с отдыхом и различными позитивно окрашенными эмоциональными состояниями. Реальное я профессионала в сознании тесно связано с рабочим процессом, идеальное я тесно связано с друзьями, профессиональное я тесно связано с представлением о работе и коллегами. Понятие семья в сознании тесно не связано с другими понятиями и составляет отдельную группу в представлении профессионалов. В семантическом пространстве можно выделить несколько групп понятий, описывающие различные комплексы эмоциональных состояний.

Образ вахты, изменяясь с течением времени (к концу вахты, с увеличением стажа работы), выполняет регуляторную функцию в процессе адаптации профессионала к специфическим условиям труда. С одной стороны, сталкиваясь с реальными ситуациями в течение вахты, профессионал все время корректирует свой образ, с другой стороны – образ вахты, соответствующий реальным условиям жизнедеятельности, позволяет профессионалу эффективно регулировать себя в течение всего вахтового заезда.

## IMAGINATIVE SELF-REGULATION OF PROFESSIONALS WITH DIFFERENT WORK EXPERIENCE AT VARIOUS STAGES OF SHIFT AT THE ENTERPRISES OF THE EXTREME NORTH

© 2013 T.S.Voytekhovich, N.N.Simonova<sup>o</sup>

Northern (Arctic) Federal University named after M.V.Lomonosov. Arkhangelsk

The article presents the results of a study of the representation of the shift work with the professionals working in shift method at the enterprises of the Extreme North. Analyzing the images of professionals on working shifts some characteristic of representation were identified: ideas at the beginning and end of a shift, views of professionals with work experience of less than three years, and with work experience of more than fifteen years.

*Key words:* shift work, representation of the shift work, imaginative self-regulation, psycho-semantics, semantic differential, Extreme North.

---

<sup>o</sup> *Tatiana Sergeevna Voytekhovich, applicant, assistant lecturer of a department psychology.*

*E-mail: [t.voytekhovich@narfu.ru](mailto:t.voytekhovich@narfu.ru)*

*Natalia Nikolaevna Simonova, Doctor of Psychology, Head of Psychology Department.*

*E-mail: [n.simonova@narfu.ru](mailto:n.simonova@narfu.ru)*