

УДК 159.96+616-057

## ФАКТОРЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ХРОНИЧЕСКОГО СТРЕССА У ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ

**Влах Н.И.**

*Управление дополнительного образования СФ МИЭП, Институт бизнес-образования,  
Новокузнецк, e-mail: nadezda-vlakh11@yandex.ru*

В статье рассматриваются факторы окружающей экономической, психологической, социальной среды предпринимательской деятельности, которые приводят к возникновению хронической профессиональной болезни предпринимателей – усталости, эмоциональному выгоранию. Выявлены факторы, которые лишают личность возможности саморазвития, что, в свою очередь, приводит к хроническому, разрушающему, деконструктивному стрессу. В исследовании были проанализированы риски предпринимательской деятельности с точки зрения медико-психологического и экономического аспектов. В результате исследования разработана система психокоррекционных и психотерапевтических мер воздействия для предпринимателей с преневротическими субдепрессивными состояниями, выделены типы стрессовых ситуаций, характерных для жизнедеятельности предпринимателей; раскрыты содержательные характеристики ряда эмоциональных состояний, показана их зависимость от изменения экономической среды деятельности. В качестве инструментов, снижающих уровень «сенсорной инвалидности» и способствующих коррекции преневротических состояний, рекомендованы тренинги повышения коммуникативной компетентности.

**Ключевые слова:** предприниматель, стресс, негативные факторы

## FACTORS OF CHRONIC STRESS BUSINESSMANS

**Vlakh N.I.**

*Head of additional education SF MIEP, Business Education,  
Novokuznetsk, e-mail: nadezda-vlakh11@yandex.ru*

The article examines the factors surrounding the economic, psychological, social business environment, which lead to chronic occupational disease businessmen – fatigue, burnout. The factors that deny the possibility of self-identity, which in turn leads to chronic, destructive, deconstructive stress. The study analyzed the risks of entrepreneurship in terms of medical and psychological and economic aspects. The study developed a system of psycho and psychotherapeutic interventions for entrepreneurs preneurotic sub depressive states highlighted the types of stressful situations typical for life business; revealed substantial characteristics of a number of emotional states, their dependence on changes in the economic environment activities. The instruments that reduce the level of «sensory disability» and conducive correction preneurotic conditions recommended training improve communicative competence.

**Keywords:** businessman, stress, negative factors

Междисциплинарный подход к исследованию психического здоровья и эмоциональной сферы предпринимателей на основе теоретических достижений общей, социальной и экономической психологии, психологии личности, психологии предпринимательства и медицинской психологии позволяет выявить ряд факторов, отрицательно влияющих на психическое здоровье предпринимателей. Выраженные в максимальной степени, эти факторы лишают личность возможности саморазвития, что, в свою очередь, приводит к хроническому, разрушающему, деконструктивному стрессу. К стрессогенным факторам предпринимательской деятельности относятся:

**1. Конфликт с системой.** Как социально-психологическое явление предпринимательство помогает развиваться обществу при переходе экономики от одного равновесного состояния к другому. Иными словами, предпринимательство несет функцию

разрушения экономического равновесия в обществе. Происходит это при помощи осуществления новых комбинаций, основными из которых являются: изготовление нового, неизвестного потребителю блага; открытие новых способов производства (технологий), коммерческого использования уже существующих благ; освоение новых рынков сбыта; освоение новых источников сырья, изменение структуры отрасли с помощью создания или подрыва чужой отраслевой монополии [5]. Тем самым предприниматель своей деятельностью вступает в конфронтацию со сложившейся экономической системой, стремясь нарушить установившийся распорядок.

**2. Конфронтация с социумом.** По И.А. Шумпетеру, первой стадией предпринимательской деятельности является создание рынка для новой продукции. Здесь необходимо предпринимательское чутье и превосходство в информации для

нахождения неудовлетворительного или потенциального спроса потребителей. Предприниматель в данном случае может воспринимать потребителя как соперника, которого необходимо «победить», подчинив себе его желания. Особенно это касается новых товаров и услуг, чье появление, наравне с любопытством, возбуждает у общества первоначальное отторжение.

**3. Конкуренция.** Когда товары и услуги теряют свой новаторский характер, рынок приходит в равновесие и появляются конкуренты.

**4. Риск.** Если рассматривать предпринимательство как деятельность, направленную на получение прибыли, то можно выделить следующие отличительные черты: это самостоятельность, ответственность, неопределенность, рискованность, творчество, новаторство, инициативность. Предпринимательский риск — это опасность потенциально возможной, вероятной потери ресурсов или недополучения доходов по сравнению с вариантом, рассчитанным на рациональное их использование. Предпринимательский риск может быть понят как потери: материальные, трудовые (рабочее время, финансы), ущерб здоровью и жизни, престижу, а также морально-психологический ущерб. Чертами предпринимательского риска, по мнению некоторых авторов, являются противоречивость, альтернативность и неопределенность.

**5. Отчужденность.** Исследования представителей малого и среднего бизнеса показали, что у российских предпринимателей комплекс самостоятельности и автономности выражен особенно ярко. Кросскультурные же исследования определили, что российские предприниматели малого и среднего бизнеса в большей степени отчуждены от общества, чем, к примеру, немецкие. Это связано с развитием российского предпринимательства в условиях несбалансированного рынка, без реальной и последовательной поддержки со стороны государства, в социокультурной среде неодобрения, и демонстрирует открытое противопоставление бизнеса государству и крайнее проявление индивидуализма.

**6. Отсутствие готовых шаблонов.** Даже знание общих экономических законов и законов деятельности рынка не избавляет предпринимателя от поиска собственного пути развития. Отсутствие в работе готовых шаблонов заставляет профессионала постоянно мобилизовать свои знания, опыт, ум и интуицию на поиск оптимального решения той или иной задачи.

Тем самым мы можем говорить о том, что в настоящее время предприниматель-

ская деятельность с полным правом может быть отнесена к тем видам трудовой деятельности, которые предъявляют повышенные требования как к физическому, так и к психическому здоровью профессионала.

Устойчивость психического здоровья предпринимателя определяется его возможностью адаптироваться к изменяющимся условиям внешней среды, осознанием и принятием себя таким, каков он есть на самом деле, наличием психического равновесия, способностью к саморегуляции и умением управлять своими поступками и поведением в границах социальных норм.

**Цель исследования.** Указанные выше факторы оказывают негативное влияние на состояние психологического здоровья предпринимателей. Тем самым проблема регуляции отрицательных состояний предпринимателей становится актуальным вопросом в оказании психологической помощи работающему населению. Перед современной медициной встает задача поиска путей улучшения эмоционального самочувствия лиц, работающих в предпринимательской среде.

**Цель:** исследовать риски предпринимательской деятельности с точки зрения медико-психологического и экономического аспектов.

В работе были поставлены следующие задачи:

1) исследовать процессуальный характер протекания эмоциональных состояний предпринимателей в зависимости от изменений экономической среды деятельности, успешности или неуспешности организации бизнеса;

2) раскрыть содержательные характеристики эмоциональных состояний предпринимателей в зависимости от условий экономической деятельности;

3) определить социально-психологические резервы повышения стрессоустойчивости и эмоциональной уравновешенности исследуемых групп предпринимателей.

Нестабильные социально-экономические условия с большим количеством кризисных тенденций во многом усложняют жизнедеятельность предпринимателей и приводят к увеличению состояний хронической дезадаптации у профессионалов, много лет работающих на рынке. Современные исследования показывают, что предприниматели входят в социально значимую группу повышенного риска развития нервно-психических и психосоматических заболеваний. Это проявляется в разнообразных психоэмоциональных и функциональных нарушениях. Часто эти состояния называют пограничными или предболезнью. Если действие хронического стресса продолжается, предболезнь перерастает в болезнь.

В связи с этим возникает необходимость разработки специализированной системы психологической профилактики (превенции) для предпринимателей на основе современных исследований в области теории личности, этиопатогенеза неврозов и психотерапии. Однако сложившихся и хорошо зарекомендовавших себя средств и методов регуляции эмоциональных состояний предпринимателей на сегодняшний день не существует.

В этом плане определенную значимость имеют исследования, выполненные в рамках экономической психологии и психологии предпринимательства. Общие положения взаимодействия экономики и психологии позволили нам выстроить собственную методологию исследования, используя системный, комплексный подход при рассмотрении многообразных проявлений эмоциональной жизни исследуемых групп российских предпринимателей.

### Материалы и методы исследования

Исследование базировалось на гипотезе, что объективные факторы экономической среды деятельности детерминируют эмоциональные состояния предпринимателей. В то же время использование средств и методов эмоциональной регуляции и саморегуляции позволяет повысить эмоциональную устойчивость к неблагоприятным воздействиям макро- и микросреды, улучшить эмоциональное самочувствие и психическое здоровье предпринимателей. В качестве методологической основы рассмотрения психического здоровья предпринимателей была выбрана биопсихосоциальная модель, разработанная G.L. Engel (1986), согласно которой в основе соматических заболеваний наряду с биологическими факторами лежат также психологические и социальные факторы [11].

В исследовании приняло участие 765 респондентов, среди которых лица мужского пола – 450, женского – 315. Возраст респондентов от 20 до 52 лет. В исследуемую группу вошли предприниматели, жалующиеся на плохое состояние психического здоровья и снижение настроения. Это люди, обратившиеся за консультацией в медико-психологический Центр психоанализа и образования (г. Новокузнецк Кемеровской области).

В работе использованы следующие подходы и методы:

- наблюдение, представляющее данные о реальном, естественном состоянии и поведении предпринимателей;
- метод проективной беседы, позволяющий получить словесную информацию о предпринимателе;
- биографический метод, устанавливающий основные хронологические вехи жизни предпринимателя и его оценку основных событий;
- ММРІ – многофакторный метод исследования личности;
- Тест Розенцвейга (1954), исследующий фрустрационную толерантность, коэффициент адаптации и реакции на фрустрацию;
- Методика незаконченных предложений, дающая трехмодальную оценку эмоционального компонента отношений;

- Тест Люшера – Luscher Farbwahl Test (1948), позволяющий осуществить психодиагностику различных функциональных и нервно-психических состояний [25–26];

- Номотетическая исследовательская стратегия представлена в работе с анкетой-опросником, призванной выявить конкретные факторы и экзистенциальные сферы, связанные с фабулами депрессивных состояний предпринимателей.

Методами анализа и обработки полученных результатов были: качественные (контент-анализ, интент-анализ) и количественные – математическая и статистическая обработка результатов эмпирических исследований с использованием:

- 1) метод сравнения долей и частот;
- 2) метод анализа таблиц сопряженности по критерию Пирсона  $\chi^2$ ;
- 3) метод корреляционного анализа с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена;
- 4) определение достоверности различий по t-критерию Стьюдента;
- 5) ранговый дисперсионный анализ по N-критерию Краскела – Уоллиса;
- 6) кластеризация по группирующему методу Уорда;
- 7) кластеризация по методу K-средних;
- 8) двухфакторный дисперсионный анализ. Для расчета статистических показателей использовалась система «Statistica.6.0.».

### Результаты исследования и их обсуждение

В качестве результатов работы можно назвать следующие значимые шаги:

- 1) экспериментально и медико-психологически исследованы особенности личности и жизнедеятельности предпринимателей, предрасполагающие к формированию преневротических субдепрессивных состояний;
- 2) выявлен психологический коррелят клинического проявления преневротических субдепрессивных состояний – «сенсорная инвалидность»;
- 3) разработана целостная система психокоррекционных и психотерапевтических мер воздействия для предпринимателей с преневротическими субдепрессивными состояниями;
- 4) выделены типы стрессовых ситуаций, характерных для жизнедеятельности предпринимателей;
- 5) раскрыты содержательные характеристики ряда эмоциональных состояний, показана их зависимость от изменения экономической среды деятельности.

### Выводы

Исследование позволило прийти к выводу, что раннее выявление и коррекция преневротических субдепрессивных состояний, помимо саногенного значения, способствует личностному росту и самореализации предпринимателей. В качестве инструментов, снижающих уровень «сенсорной инвалидности» и способствующих

коррекции преневротических состояний, рекомендованы тренинги повышения коммуникативной компетентности. В качестве действенных методов психологической помощи предпринимателям рекомендованы:

- совместная с предпринимателем работа над осознанием проблемы стресса с позиции идей самоорганизации,
- обучение предпринимателя алгоритму трансформации стресса в направлении собственного становления.

#### Список литературы

1. Автономов В.С. Модель человека в экономической науке. – СПб.: Экономическая школа, 1998.
2. Бойко В.В., Ковалев А.Г., Панферов В.Н., Социально-психологический климат коллектива и личность. – М.: Мысль, 1983. – 207 с.
3. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ переживания критических ситуаций. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – 200 с.
4. Влах Н.И. Профилактика невротических и психосоматических расстройств у предпринимателей // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. – 2011. – № 1. – С. 31–35.
5. Влах Н.И. Типология и феноменология субдепрессивных преневротических расстройств при синдроме эмоционального выгорания у представителей «помогающих профессий» // IV международно-практическая конференция: «Отечественная наука в эпоху изменений: постулаты прошлого и теории нового времени». – 2014. – № 4 – С. 166–169.
6. Дмитриева Т.Б. Социальный стресс и психическое здоровье / Т.Б. Дмитриева, Б.С. Положий. – М., 2001. – 248 с.
7. Дроздецкая С.С. Эффективность контроллинга маркетинговых решений в предпринимательской деятельности: дис. ... канд. экон. наук: 08.00.05. – СПб., 2001. – 162 с.
8. Коростылева Л.А. Психология самореализации личности : затруднения в профессиональной сфере. – СПб.: Речь, 2005. – 222 с.
9. Ларенцова Л.И., Соколова Е.Д. Профессиональный стресс и синдром эмоционального выгорания // Российский стоматологический журнал. – 2002. – № 2. – С. 34–36.
10. Мэй Р. Проблема тревоги. – М.: ЭКСМО, 2001. – 345 с.
11. Тхостов А.Ш. Влияние кризисной жизненной ситуации на структуру самооценки / А.Ш. Тхостов, Д.А. Степанович // Вопросы психологии. – 1987. – № 2. – С. 128–134.
12. Gerald L. Engel, Robert L. Cannon, Robert D. Cupper, John F. Dalphin, Greg W. Scragg, Ted Sjoerdsma, A. Joe Turner: Computer Science Accreditation and Liberal Arts Programs. ACM Conference on Computer Science 1986. pp. 399–402.

#### References

1. Avtonomov V.S. Model cheloveka v jekonomicheskoj nauke. SPb.: Jekonomicheskaja shkola, 1998.
2. Bojko V.V., Kovalev A.G., Panferov V.N., Socialno-psihologicheskij klimat kollektiva i lichnost. M.: Mysl, 1983. 207 p.
3. Vasiljuk F.E. Psihologija perezhivaniya. Analiz perezhivaniya kriticheskikh situacij. M.: Izd-vo MGU, 1984. 200 p.
4. Vlah N.I. Profilaktika nevroticheskikh i psihosomaticeskikh rasstrojstv u predprinimatelej // Sibirskij vestnik psihiatrii i narkologii. 2011. no. 1. pp. 31–35.
5. Vlah N.I. Tipologija i fenomenologija subdepressivnyh prenevroticheskikh rasstrojstv pri sindrome jemocionalnogo vygoranija u predstavitelej «pomogajushhh professij» // IV mezhdunarodno-prakticheskaja konferencija: «Otechestvennaja nauka v jepohu izmenenij: postulaty proshlogo i teorii novogo vremeni». 2014. no. 4 pp. 166–169.
6. Dmitrieva T.B. Socialnyj stress i psihicheskoe zdorove / T.B. Dmitrieva, B.S. Polozhij. M., 2001. 248 p.
7. Drozdeckaja S.S. Jeffektivnost kontrollinga marketingovyh reshenij v predprinimatelskoj dejatelnosti: dis. ... kand. jekon. nauk: 08.00.05. SPb., 2001. 162 p.
8. Korostyleva L.A. Psihologija samorealizacii lichnosti : zatrudnenija v professionalnoj sfere. SPb.: Rech, 2005. 222 pp.
9. Larencova L.I., Sokolova E.D. Professionalnyj stress i sindrom jemocionalnogo vygoranija // Rossijskij stomatologicheskij zhurnal. 2002. no. 2. pp. 34–36.
10. Mjej R. Problema trevogi. M.: JeKSMO, 2001. 345 pp.
11. Thostov A.Sh. Vlijanie krizisnoj zhiznennoj situacii na strukturu samoocenki / A.Sh. Thostov, D.A. Stepanovich //Voprosy psihologii. 1987. no. 2. pp. 128–134.
12. Gerald L. Engel, Robert L. Cannon, Robert D. Cupper, John F. Dalphin, Greg W. Scragg, Ted Sjoerdsma, A. Joe Turner: Computer Science Accreditation and Liberal Arts Programs. ACM Conference on Computer Science 1986. pp. 399–402.

#### Рецензенты:

Левина И.Л., д.м.н., профессор, главный врач клиники, ФГБНУ «Научно-исследовательский институт комплексных проблем гигиены и профессиональных заболеваний», г. Новокузнецк;

Коновалова Н.Г., д.м.н., заведующая кафедрой теоретических и психолого-физиологических основ физической культуры НФИ, ФГБОУ ВПО «Кемеровский государственный университет», г. Новокузнецк.