УДК 159.9 DOI 10.26425/1816-4277-2025-4-250-260

Субъективное благополучие, самоактуализационные характеристики и копинг-стратегии работников российской железной дороги с разным должностным положением

Ященко Елена Федоровна

Д-р психол. наук, зав. каф. прикладной психологии
ORCID: 0000-0001-5172-9385, e-mail: elfed58@mail.ru

Щелокова Екатерина Галиуловна

Канд. психол. наук, доц. каф. прикладной психологии
ORCID: 0000-0002-3872-240X, e-mail: kas_kat@mail.ru

Петербургский государственный университет путей сообщения Императора Александра I, г. Санкт-Петербург, Россия

Аннотация

Представлен обзор современных отечественных и зарубежных научных публикаций, рассматривающих субъективное благополучие как фактор экономического эффекта, обеспечивающего безопасность эргатической системы, что позволяет обосновать актуальность темы исследования. Цель настоящего исследования заключается в определении особенностей субъективного благополучия, самоактуализационных и личностных характеристик, копинг-стратегий у работников железной дороги с разным должностным положением – начальников поездов и машинистов. Выборку исследования составили 39 работников железной дороги с высшим образованием, средний возраст 35,90 лет, из них 22 чел. – начальники поездов, 17 чел. – машинисты. Выборки гомогенны по полу (все мужчины) и уровню образования (высшее). Методиками исследования стали Шкала субъективного благополучия A. Perrudet-Badoux, G. Mendelsohn, J. Chiche в адаптации М.В. Соколовой, самоактуализационный тест Э. Шострома в адаптации Ю.Е. Алешиной, Л.Я. Гозмана, М.В. Загика и М.В. роза, копинг-тест Р. Лазаруса в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой и анкета самооценки типа личности (личностный типологический опросник) И.Л. Соломина. Составлены психологические портреты работников железной дороги с разным должностным положением, описаны различия и связи между исследуемыми феноменами у начальников поездов и машинистов, показаны значимые качества и источники личностного роста для обеих групп, высказаны предложения по дальнейшему исследованию.

Ключевые слова

Субъективное благополучие, психическое здоровье, удовлетворенность жизнью, самоактуализация, копинг-стратегии, работники транспортной сферы, безопасность жизнедеятельности, надежность эргатических систем

Для цитирования: Ященко Е.Ф., Щелокова Е.Г. Субъективное благополучие, самоактуализационные характеристики и копинг-стратегии работников российской железной дороги с разным должностным положением//Вестник университета. 2025. № 4. С. 250–260.

© Ященко Е.Ф., Щелокова Е.Г., 2025.

Статья доступна по лицензии Creative Commons “Attribution” («Атрибуция») 4.0. всемирная (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Subjective well-being, self-actualization characteristics, and coping strategies of Russian railroad employees with different positions

Elena F. Yashchenko

Dr. Sci. (Psy.), Head of the Applied Psychology Department
ORCID: 0000-0001-5172-9385, e-mail: elfed58@mail.ru

Ekaterina G. Shchelokova

Cand. Sci. (Psy.), Assoc. Prof. at the Applied Psychology Department
ORCID: 0000-0002-3872-240X, e-mail: kas_kat@mail.ru

Emperor Alexander I St. Petersburg State Transport University, St. Petersburg, Russia

Abstract

A review of modern Russian and foreign scientific publications considering subjective well-being as a factor of economic effect ensuring safety of the ergatic system has been presented, which allows us to substantiate the relevance of the research topic. The purpose of the study is to determine the features of subjective well-being, self-actualization and personality characteristics, and coping strategies in railroad employees with different job positions such as train managers and train drivers. The study sample consisted of 39 railroad employees with higher education, average age 35.90 years, of whom 22 were train managers and 17 were train drivers. The samples were homogeneous by gender (all men) and level of education (higher education). The research methods were the Scale of subjective well-being by A. Perrudet-Badoux, G. Mendelsohn, and J. Chiche in M.V. Sokolova's adaptation, E. Shostrom's self-actualization test in adapted Yu.E. Aleshina, L.Y. Gozman, M.V. Zagik, and M.V. Kroz, R. Lazarus' coping test adapted by T.L. Kryukova, E.V. Kuftyak, and M.S. Zamyshlyaeva, and I.L. Solomin's personality type self-assessment questionnaire. Psychological portraits of railroad employees with different job positions have been compiled. Differences and connections among the studied phenomena in train managers and train drivers have been described. Significant qualities and sources of personal growth for both groups have been shown, and suggestions for further research have been made.

Keywords

Subjective well-being, mental health, life satisfaction, self-actualization, coping strategies, transport workers, life safety, ergatic systems reliability

For citation: Yashchenko E.F., Shchelokova E.G. (2025) Subjective well-being, self-actualization characteristics, and coping strategies of Russian railroad employees with different positions. *Vestnik universiteta*, no. 4, pp. 250–260.

© Yashchenko E.F., Shchelokova E.G., 2025.
This is an open access article under the CC BY 4.0 license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

ВВЕДЕНИЕ

Современное развитие российского общества предполагает устойчивое развитие железной дороги и совершенствование подготовки ее кадров [1]. Инновационные процессы в транспортной сфере, такие как автоматизация, электронный документооборот, мультимодальность, комплексные модели управления, предъявляют высокие требования к уровню профессионализма работников [2–5]. Исполнение своих должностных обязанностей на высоком уровне представляется проблематичным без психологического благополучия работника, что показано на примере изучения разных групп населения (студентов, инженеров, врачей, спортсменов, педагогов и др.) в работе как отечественных, так и зарубежных авторов [6–25].

Субъективное благополучие характеризует отношение человека к своей жизни. Оно состоит из связанных психологических конструктов, включающих как когнитивные, так и аффективные элементы, ценности и мотивы [17]. В работах S. Lyubomirsky в соавторстве с E. Diener, L.A. King, а также L.C. Walsh, J.K. Boehm на основе анализа большого количества исследований представлены доказательства в пользу того, что ощущение счастья определяет успешность человека во многих сферах жизни, включая продуктивность труда [18; 19].

M. Hovi и J.-P. Laamanen провели комплексный анализ исследований о субъективном благополучии, доходе и чаяниях европейцев из 30 стран, находящихся на разных этапах экономического развития [20]. В исследовании D. Ye, Y.-K. Ng, Y. Lian представлена социокультурная специфика субъективного благополучия: в странах с индивидуалистической культурой люди более счастливы, чем в странах с коллективистской культурой [21]. В статье Д.Н. Церфус и М.В. Карагачевой проведен гендерно-специфический анализ психологического благополучия (психологическое и социальное качество жизни, оценка общей удовлетворенности жизнью) и локуса контроля [11]. Л.В. Клименко, Л.С. Скачкова изучали связь субъективного благополучия с такими аспектами, как профессиональная идентичность, стаж работы в организации, уровень профессиональной квалификации [12].

Переживание стресса A.W. Hanley с соавторами рассматривают как ресурс осмысленности и осознанности жизни и когнитивной стабильности [22]. P.S. Pavai с соавторами определили связи между принятием решений и самоактуализацией [23]. На выборке в несколько тысяч студентов университетов определено, что самоактуализация является движущей силой, которая приводит к развитию способностей и определению жизненного пути. С.С. Савенышева с соавторами исследовали самоактуализационные характеристики и субъективное благополучие в связи с повседневными хлопотами у мужчин и женщин в возрасте от 20 до 60 лет [14].

Однако работ, посвященных исследованию особенностей субъективного благополучия и личностного потенциала работников железнодорожного транспорта в зависимости от должностного положения, недостаточно.

V. Kozlov с соавторами проводили оценку совокупного трудового потенциала Северо-Западного региона [15]. V.N. Kustov с соавторами изучали особенности безопасности и надежности эргатической среды, A. Toth-Bos и B. Ye с соавторами рассматривали связь жизненной цели с возможностями аккультурации и субъективного благополучия [16; 24; 25].

В результате исследования Е.Ф. Ященко составлены психологические портреты работников железной дороги со средним и высоким уровнем самоактуализации [9]. Е.Ф. Ященко и Е.Г. Щелокова определили самоактуализационные характеристики, личностные особенности и копинг-стратегии работников российской железной дороги с разным уровнем субъективного благополучия [10].

Анализ современных публикаций показывает, что особенности субъективного благополучия, самоактуализационных и личностных характеристик, а также копинг-стратегий работников железной дороги еще недостаточно изучены, что стало целью настоящего исследования.

Гипотезы исследования:

1) существуют различия между показателями субъективного благополучия, самоактуализационных характеристик и копинг-стратегий у работников железной дороги с разным должностным положением;

2) существуют различия в структуре связей субъективного благополучия, самоактуализационных и личностных характеристик, копинг-стратегий у работников железной дороги с разным должностным положением.

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Выборку исследования составили 39 работников железной дороги с высшим образованием в возрасте от 25 до 48 лет, средний возраст 35,90 лет, из них 22 чел. – начальники поездов, 17 чел. – машинисты. Выборки гомогенны по полу (все мужчины), возрасту и уровню образования (высшее).

Методами статистического анализа послужили анализ на выявление различий (Т-критерий Стьюдента) и корреляционный анализ (коэффициент ранговой корреляции Спирмена).

В исследовании использовались следующие методики:

– самоактуализационный тест Э. Шострома (далее – САТ) в адаптации Ю.Е. Алешиной, Л.Я. Гозмана, М.В. Загика и М.В. Кроза;

– Шкала субъективного благополучия (далее – ШСБ) A. Perrudet-Badoux, G. Mendelsohn, J. Chiche в адаптации М.В. Соколовой;

– копинг-тест Р. Лазаруса в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой;

– анкета самооценки типа личности (личностный типологический опросник – ЛТО) И.Л. Соломина.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Характеристика средних значений шкал исследования у работников железной дороги показывает, что у начальников поездов наиболее выражены «Самоуважение» (М = 61,1), «Самопринятие» (М = 59,3) и «Компетентность во времени» (М = 57,3). У машинистов наиболее высокие средние значения получены по шкалам «Самопринятие» (М = 59,9), «Самоуважение» (М = 58,8) и «Познавательные потребности» (М = 57,7).

Показатели общей Шкалы субъективного благополучия у машинистов (М = 37,65) и начальников поездов (М = 39,86) соответствуют двум стенам (низкие значения, шкала обратная), что свидетельствует об эмоциональном комфорте исследуемых: они не испытывают серьезных эмоциональных проблем, достаточно уверены в себе, активны, успешно взаимодействуют с окружающими, адекватно управляют своим поведением. При сравнении средних значений субшкал субъективного благополучия в двух группах получены следующие результаты: у начальников поездов в большей степени выражены напряженность и чувствительность ($М_{нач}$ = 10,23, $М_{маш}$ = 8,88), психиатрическая симптоматика ($М_{нач}$ = 8,50, $М_{маш}$ = 7,94), изменения в настроении ($М_{нач}$ = 4,00, $М_{маш}$ = 3,65) и в меньшей – удовлетворенность повседневной деятельностью ($М_{нач}$ = 7,41, $М_{маш}$ = 7.35) (все субшкалы обратные).

Между тем они дают более высокую самооценку своему здоровью ($М_{нач}$ = 3,86, $М_{маш}$ = 4,24) и больше отмечают значимость и доступность социального окружения в качестве ресурса поддержки ($М_{нач}$ = 5,86, $М_{маш}$ = 6,59). Наиболее востребованной копинг-стратегией у работников железной дороги является стратегия планирования решения проблемы ($М_{нач}$ = 75,86, $М_{маш}$ = 76,47), а наименее – бегство-избегание ($М_{нач}$ = 32,36, $М_{маш}$ = 32,76). Если говорить о характерологических особенностях работников железной дороги как особой профессиональной группы, то у начальников поездов наиболее выражены такие типы личности, как гипертимный (М = 3,86) и педантичный (М = 2,63), а у машинистов – гипертимный (М = 2,35) и застревающий (М = 1,94).

Между шкалами исследования выявлены значимые различия (при $p < 0,05$), представленные в таблице.

Таблица

Различия между показателями субъективного благополучия, самоактуализационных характеристик и копинг-стратегий у работников железной дороги с разным должностным положением

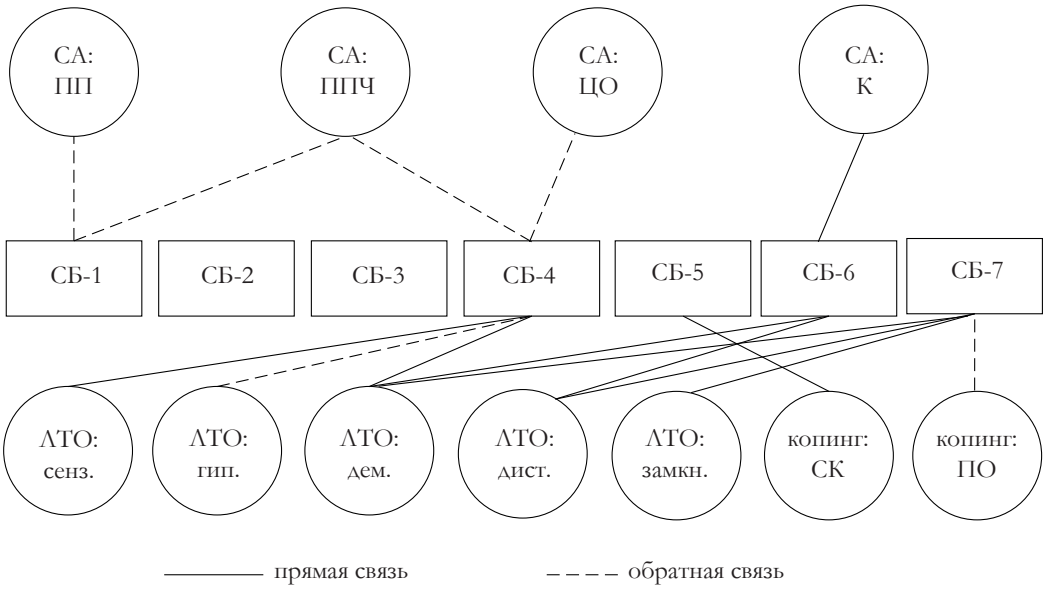
Шкалы	Начальники поезда		Машинисты		Т-критерий Стьюдента	P
	Среднее значение	Стандартное отклонение	Среднее значение	Стандартное отклонение		
Компетентность во времени	57,32	4,89	53,76	4,63	2,31	.026
Ценностные ориентации	53,05	6,88	47,29	8,46	2,28	.030
Представления о природе человека	53,86	10,70	45,65	9,63	2,52	.016

Окончание таблицы

Шкалы	Начальники поезда		Машинисты		Т-критерий Стьюдента	Р
	Среднее значение	Стандартное отклонение	Среднее значение	Стандартное отклонение		
Синергия	54,36	8,09	45,29	10,22	3,00	.005
Принятие агрессии	48,95	8,82	41,71	6,89	2,88	.007
Гипертимный тип	3,86	2,42	2,35	2,12	2,08	.045

Составлено авторами по материалам исследования

Корреляционный анализ Спирмена позволил выявить у начальников поездов следующие связи субъективного благополучия с другими шкалами (при $p < 0,05$, $p < 0,01$, $p < 0,001$) (рис. 1).



Примечание: Шкалы ШСБ (СБ): 1 – Напряженность и чувствительность, 2 – Психиатрическая симптоматика, 3 – Изменение настроения, 4 – Значимость социального окружения, 5 – Самооценка здоровья, 6 – Удовлетворенность повседневной деятельностью, 7 – Общая шкала субъективного благополучия. Шкалы САТ (САТ): ЦО – ценностные ориентации, ППЧ – представления о природе человека, К – контактность, ПП – познавательные потребности. Шкалы копинг-теста (копинг): СК – самоконтроль, ПО – принятие ответственности. Шкалы ЛТО: сенз. – сенситивный тип, гип. – гипертимный тип, дем. – демонстративный тип, дист. – дистимный тип, замкн. – замкнутый тип

Составлено авторами по материалам исследования

Рис. 1. Связи субъективного благополучия, самоактуализационных характеристик, копинг-стратегий и личностных качеств начальников поездов

Выявлены значимые связи общей шкалы субъективного благополучия (шкала обратная) со шкалами копинг-теста и ЛТО. Чем меньше ощущение субъективного благополучия, тем менее выражена стратегия «принятие ответственности» ($r_s = – .453$, $p = .034$) и более характерны дистимность ($r_s = .471$, $p = .027$), демонстративность ($r_s = .548$, $p = .008$) и замкнутость ($r_s = .458$, $p = .032$).

Шкала «Напряженность и чувствительность» (шкала обратная) имеет две обратные связи со шкалами САТ: чем больше напряженность и чувствительность, тем менее проявлены такие качества самоактуализирующейся личности, как позитивные представления о природе человека» ($r_s = – .436$, $p = .001$), познавательные потребности ($r_s = – .459$, $p = .032$).

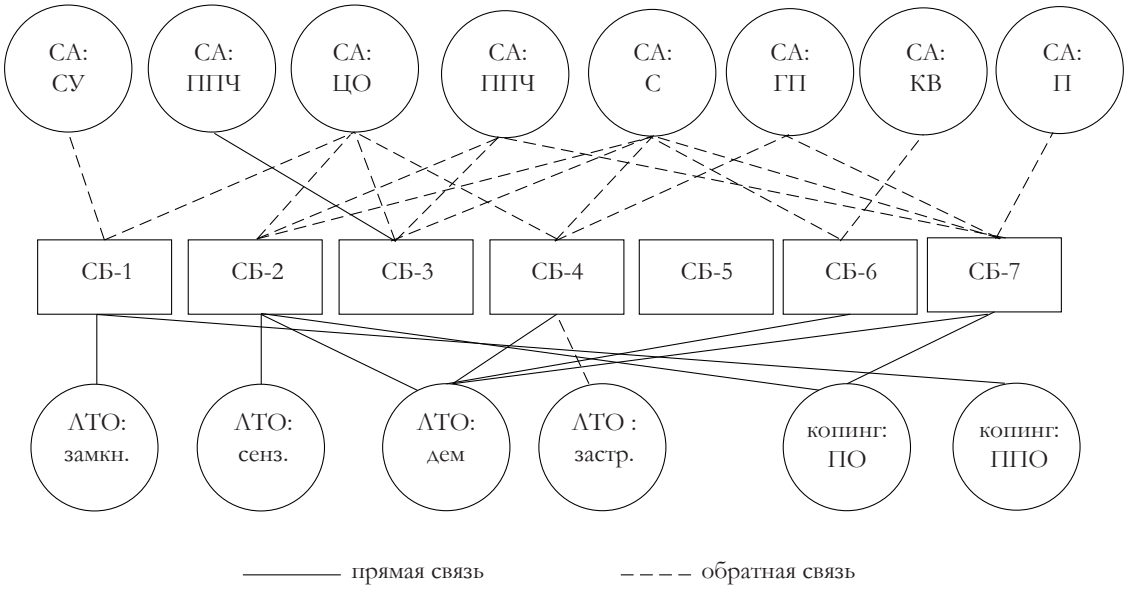
Шкалы «Психиатрическая симптоматика» и «Изменение настроения» не образуют тесные связи со шкалами других методик.

Шкала «Значимость социального окружения» (шкала обратная) имеет пять значимых связей со шкалами САТ и ЛТО: чем менее значимо социальное окружение, тем менее выражены ценности самоактуализирующейся личности ($r_s = – .560$, $p = .007$), позитивные представления о природе человека ($r_s = – .659$, $p = .001$), более проявлены такие свойства акцентуированной личности, как чувствительность ($r_s = .543$, $p = .009$), демонстративность ($r_s = .573$, $p = .005$), и менее проявлена гипертимность ($r_s = – .657$, $p = .001$).

Шкала «Самооценка здоровья» (шкала обратная) имеет одну положительную связь со шкалой копинг-теста: чем ниже оценивается здоровье, тем более выражена копинг-стратегия «самоконтроль» (r_s = .591, p = .004).

Шкала «Удовлетворенность повседневной деятельностью» (шкала обратная) имеет три значимых связи со шкалами САТ и ЛТО: чем меньше степень удовлетворенности своей повседневной деятельностью, тем более выражена контактность (r_s = .466, p = .029) и более проявлены такие свойства акцентуированной личности, как дистимность (r_s = .440, p = .040) и демонстративность (r_s = .580, p = .005).

У машинистов обнаружены следующие связи субъективного благополучия с другими шкалами (при p < 0,05, p < 0,01, p < 0,001) (рис. 2).



Примечание: Шкалы ШСБ (СБ): 1 – Напряженность и чувствительность, 2 – Психиатрическая симптоматика, 3 – Изменение настроения, 4 – Значимость социального окружения, 5 – Самооценка здоровья, 6 – Удовлетворенность повседневной деятельностью, 7 – Общая шкала субъективного благополучия. Шкалы САТ (СА): КВ – компетентность во времени, П – поддержка, ЦО – ценностные ориентации, ГП – гибкость поведения, СУ – самоуважение, ППЧ – представления о природе человека, С – синергия, ПП – познавательные потребности. Шкалы копинг-теста (копинг): ПО – принятие ответственности, ППО – положительная переоценка. Шкалы ЛТО: замкн. – замкнутый тип, сенз. – сензитивный тип, дем. – демонстративный тип, застр. – застревающий тип

Составлено авторами по материалам исследования

Рис. 2. Связи субъективного благополучия, самоактуализационных характеристик, копинг-стратегий и личностных качеств у машинистов

Выявлены значимые связи общей шкалы субъективного благополучия (шкала обратная) со шкалами САТ, копинг-теста и ЛТО. Чем меньше ощущение субъективного благополучия, тем меньше у человека проявлена поддержка самого себя (r_s = – .489, p = .047), тем в меньшей степени он разделяет ценности самоактуализирующейся личности (r_s = – .611, p = .009), проявляет гибкость поведения в реализации своих ценностей (r_s = – .495, p = .043), разделяет позитивные представления о природе человека (r_s = – .556, p = .021) и способен к целостному восприятию мира и людей (r_s = – .675, p = .003). Чем меньше ощущение субъективного благополучия, тем более выражена копинг-стратегия «принятие ответственности» (r_s = .547, p = .023) и более проявлена такая черта акцентуированной личности, как демонстративность (r_s = .654, p = .004).

Шкала «Напряженность и чувствительность» (шкала обратная) имеет четыре значимые связи со шкалами САТ, ЛТО и копинг-теста: чем больше напряженность и чувствительность, тем в меньшей степени человек разделяет ценности самоактуализирующейся личности (r_s = – .495, p = .043), ценит свои достоинства (r_s = – .500, p = .041) и в большей степени применяет копинг-стратегию положительной переоценки (r_s = .487, p = .047), проявляет замкнутость (r_s = .490, p = .046).

Шкала «Психиатрическая симптоматика» (шкала обратная) имеет 6 значимых связей со шкалами САТ, ЛТО и копинг-теста: чем больше человек отмечает у себя признаки, сопровождающие основную психиатрическую симптоматику (депрессия, сонливость, рассеянность), тем в меньшей степени

он разделяет ценности самоактуализирующейся личности (r_s = – .495, p = .043), позитивные представления о природе человека (r_s = – .613, p = .009) и способен к целостному восприятию мира и людей (r_s = – .569, p = .017), тем более выражена у него копинг-стратегия «принятие ответственности» (r_s = .618, p = .008) и более проявлены такие черты акцентуированной личности, как чувствительность (r_s = .542, p = .025) и демонстративность (r_s = .676, p = .003).

Шкала «Изменение настроения» (шкала обратная) имеет четыре значимые связи со шкалами САТ: чем больше человек отмечает у себя перепады настроения, тем в меньшей степени он разделяет ценности самоактуализирующейся личности (r_s = – .540, p = .025), позитивные представления о природе человека (r_s = – .716, p = .001) и способен к целостному восприятию мира и людей (r_s = – .649, p = .005). Вместе с тем у него становятся более выражены познавательные потребности (r_s = .542, p = .024).

Шкала «Значимость социального окружения» (шкала обратная) имеет пять значимых связей со шкалами САТ и ЛТО: чем менее значимо социальное окружение, тем менее выражены ценности самоактуализирующейся личности (r_s = – .486, p = .048), гибкость поведения в реализации своих ценностей (r_s = – .551, p = .022), целостное восприятие мира и людей (r_s = – .727, p = .001), тем более проявлено такое личностное качество, как демонстративность (r_s = .512, p = .036), и менее проявлена застреваемость (r_s = – .598, p = .011).

Шкала «Самооценка здоровья» не образует тесные связи со шкалами других методик.

Шкала «Удовлетворенность повседневной деятельностью» (шкала обратная) имеет три значимых связи со шкалами САТ и ЛТО: чем меньше степень удовлетворенности своей повседневной деятельностью, тем менее выражены компетентность во времени (r_s = – .525, p = .030), целостное восприятие мира и людей (r_s = – .656, p = .004) и более проявлено такое свойство акцентуированной личности, как демонстративность (r_s = .544, p = .024).

ВЫВОДЫ

Анализируя средние значения шкал исследования у работников железной дороги с разным должностным положением, можно отметить, что одними из самых значимых самоактуализационных характеристик для обеих групп являются самоуважение и самопринятие, что характеризует сотрудников транспортной сферы как людей самодостаточных, хорошо рефлексирующих, критично относящихся к себе. Эти личностные качества вносят существенный вклад в психическое здоровье и удовлетворенность жизнью [17–19]. Кроме того, у начальников поездов высоко развита компетентность во времени. Это качество может выступать неким гарантом хорошего субъективного благополучия, устойчивой жизненной позиции в сложных ситуациях и ответственного отношения к своим профессиональным обязанностям. У машинистов в тройку наиболее развитых самоактуализационных качеств входят также познавательные потребности, причем среднее значение этого показателя несколько выше среднего значения у начальников поездов, что может указывать на желание машинистов развиваться в профессиональном направлении.

Анализ средних значений общей шкалы субъективного благополучия и ее субшкал у работников железной дороги показал, что в целом обе группы отмечают удовлетворительный уровень эмоционального комфорта, то есть работники не испытывают серьезных эмоциональных проблем. Начальники поездов по сравнению с машинистами в большей степени не удовлетворены своей повседневной деятельностью, машинисты низко оценивают свое здоровье и отмечают меньшую значимость и доступность социального окружения в качестве ресурса поддержки.

При сравнении средних значений показателей шкал копинг-теста выявлено, что и начальники поездов, и машинисты в трудной жизненной ситуации более всего предпочитают использовать стратегию планирования решения проблемы. Стратегия «бегство-избегание» наименее востребована представителями обеих изучаемых групп. Это означает, что при встрече с трудными ситуациями профессионалы не склонны уходить от решения проблем и избегать их – они принимают и решают сложные ситуации.

Относительно характерологических особенностей можно отметить, что начальники поездов гипертимны: отличаются активностью, энергичностью, оптимизмом, контактностью, лидерскими качествами. Их гипертимность сочетается с педантичностью. Машинисты сочетают в своем характере гипертимность и застреваемость: их активность, контактность и оптимизм сочетаются с последовательностью в решении поставленных задач, настойчивостью, упорством.

На основе результатов сравнительного анализа можно констатировать 6 значимых различий между показателями исследуемых шкал. Начальники поездов более компетентны во времени, придерживаются ценностей самоактуализирующейся личности, склонны воспринимать природу человека как положительную, более способны к целостному восприятия мира и людей и более способны принимать свое раздражение, гнев и агрессивность как естественные проявления человеческой природы, отличаются более приподнятым настроением, оптимизмом и способностью устанавливать социальные контакты. Можно предположить, что специфика профессиональной деятельности и должностные обязанности начальников поездов, предполагающие большие возможности для социального взаимодействия, способствуют актуализации личностного потенциала начальников поездов.

Структуры связей между самоактуализационными характеристиками, шкалами субъективного благополучия, копинг-теста и личностного типологического опросника у работников железной дороги с разным должностным положением имеют как общие, так и специфические особенности.

Общим в структуре связей является то, что у начальников поездов и машинистов выявлены значимые связи между показателями субъективного благополучия и самоактуализации: чем более выражены у сотрудников ценности самоактуализирующейся личности и представления о позитивной природе человека, тем лучше их субъективное благополучие. В обеих группах наблюдается положительная связь между показателями субъективного благополучия и характерологическими особенностями: чем ярче в структуре характера проявляются сензитивность, демонстративность и замкнутость, тем менее субъективно благополучие сотрудников. Выявленная закономерность обосновывает необходимость включения в программу психологического сопровождения сотрудников транспортной сферы – начальников поездов и машинистов – задачи по развитию их личностного и самоактуализационного потенциала.

Главным отличием, на наш взгляд, является то, что у машинистов выявлено больше значимых связей между шкалами субъективного благополучия и самоактуализации (19 – у машинистов, 5 – у начальников поездов). В то время как у начальников поездов реализация познавательных потребностей связана с уменьшением психической напряженности, у машинистов она связана с эмоциональным неравновесием, что важно учитывать при планировании и реализации программ повышения квалификации у машинистов. Также важно отметить другую структуру связей между субъективным благополучием и копинг-стратегиями у сотрудников с разным должностным положением. Чем чаще начальники поездов прибегают к самоконтролю как копинг-стратегии, предпринимая усилия по регулированию или даже сдерживанию своих чувств и действий, тем хуже они оценивают свое здоровье, но чем чаще они принимают ответственность, тем лучше их субъективное благополучие. Чем чаще машинисты прибегают к такой копинг-стратегии, как положительная переоценка, предпринимая усилия по выявлению положительного профессионального и личностного опыта, тем больше они испытывают психическую напряженность. Чем чаще машинисты принимают ответственность, тем хуже их субъективное благополучие, в том числе в аспекте проявления признаков психиатрической симптоматики – депрессии, сонливости, рассеянности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате исследования составлены психологические портреты работников железной дороги с разным должностным положением – начальников поездов и машинистов.

Начальники поездов отличаются более выраженными самоактуализационными качествами, дисциплинированностью, ответственностью, оптимизмом, умением устанавливать социальные контакты и выстраивать нормативное социальное взаимодействие. Они испытывают субъективное благополучие, хотя некоторые аспекты их профессиональной деятельности могут служить источником эмоционального дискомфорта.

Субъективное благополучие машинистов в большей степени, чем у начальников поездов, связано с самоактуализационными характеристиками. Они отличаются ответственностью, сосредоточенностью на решении задач и осознанием важности поддержания эмоционального состояния на работоспособном уровне. Субъективное благополучие машинистов напрямую связано с их умением принимать решения и нести ответственность. Если они научились принимать эту ответственность как данность, тогда их профессиональная деятельность будет способствовать росту субъективного благополучия.

Одной из задач сопровождения можно заявить сохранение психического здоровья, поддержание субъективного благополучия работников как ресурса развития личностного и самоактуализационного потенциала. Мониторинг субъективного благополучия, самоактуализации и копинг-стратегий работников

железной дороги может способствовать выработке эффективных решений управления результативностью и безопасностью их работы и реализации стратегий развития современной транспортной сферы.

Из вышеперечисленного можно сделать вывод о том, что гипотезы исследования нашли свое подтверждение. Перспективой дальнейшего исследования может быть анализ эффективности профессиональной деятельности, субъективного благополучия, самоактуализации, копинг-стратегий, декларируемой и недекларируемой мотивации работников железной дороги с разным стажем и должностным положением.

Список литературы

1. *Фортунатов В.В., Киселев И.П.* Августин Де Бетанкур – министр транспорта Российской Империи. Вопросы истории. 2020;2(11):226–236. https://doi.org/10.31166/VoprosyIstorii202011Statyi46
2. *Gavrilovskaya N.V., Kuvaldin V.P., Zlobina I.S., Lomakin D.E., Suchkova E.E.* Developing a robot with computer vision for automating business processes of the industrial complex. Journal of Physics: Conference Series. 2021;2(1889). https://doi.org/10.1088/1742-6596/1889/2/022024
3. *Fedorenko R.V., Pokrovskaya O.D., Khramtsova E.R.* Electronic Document Management in International Carriage: Russian Experience of Railway Business. Lecture Notes in Networks and Systems. 2021;133:321–330. https://doi.org/10.1007/978-3-030-47458-4_38
4. *Anisimov V., Bogdanova L., Morozova O., Shkurnikov S., Nesterova N.* Multimodal transport network of the far eastern federal district of Russia. Lecture Notes in Civil Engineering. 2021;130:459–468. https://doi.org/10.1007/978-981-33-6208-6_45
5. *Kotenko A., Kotenko O.* Locomotive Team Productivity as a Criterion for Optimal Locomotive Fleet Management. Lecture Notes in Networks and Systems. 2022;402:512–520. https://doi.org/10.1007/978-3-030-96380-4_56
6. *Леонтьев Д.А.* Качество жизни и благополучие: объективные, субъективные и субъектные аспекты. Психологический журнал. 2020;6(41):86–95. https://doi.org/10.31857/S020595920012592-7
7. *Ященко Е.Ф., Лащенко А.А., Лазорак О.В.* Субъективная комфортность, копинг-стратегии и типы акцентуаций личности российских и индонезийских студентов университета. Вестник Кемеровского государственного университета. 2019;2(21):467–477. https://doi.org/10.21603/2078-8975-2019-21-2-467-477
8. *Ященко Е.Ф., Лазорак О.В.* Копинг-стратегии и акцентуации характера студентов-первокурсников с разным уровнем субъективного благополучия. Вестник Кемеровского государственного университета. 2020;4(22):1040–1049. https://doi.org/10.21603/2078-8975-2020-22-4-1040-1049
9. *Yashchenko E.* Self-actualization Characteristics, Subjective Well-Being and Copying Strategies of the Russian Railway Employees. In: TransSiberia – 2021: Proceedings of International Scientific Siberian Transport Forum, 2021. Switzerland; 2022. Pp. 304–313. https://doi.org/10.1007/978-3-030-96380-4_34
10. *Ященко Е.Ф., Щелокова Е.Г.* Самоактуализационные характеристики, личностные особенности и копинг-стратегии работников российской железной дороги с разным уровнем субъективного благополучия. В кн.: IV Бетанкуровский международный инженерный форум: материалы международного форму, Санкт-Петербург, 30 ноября – 2 декабря 2022 г. СПб : ПГУПС; 2022. С. 419–421.
11. *Cerfus D., Karagacheva M.* Gender Characteristics of Psychological Well-Being and Control Locus of Future Transport Professionals. In: TransSiberia – 2021: Proceedings of International Scientific Siberian Transport Forum, 2021. Switzerland; 2022. Pp. 260–268. https://doi.org/10.1007/978-3-030-96380-4_29
12. *Клименко А.В., Скачкова А.С.* Субъективное благополучие преподавателей российских вузов опыт эмпирического исследования. Вопросы образования. 2020;4:37–63. https://doi.org/10.17323/1814-9545-2020-4-37-63
13. *Shipunova O.D., Berezovskaya I.P., Smolskaia N.B.* The role of student's self-actualization in adapting to the e-learning environment. In: Technological Ecosystems for Enhancing Multiculturality (TEEM'19): Proceedings of the Seventh International Conference, 2019. New York: Association for Computing Machinery; 2019. Pp. 745–750. https://doi.org/10.1145/3362789.3362884
14. *Савенышева С.С., Головей Л.А., Петраш М.А., Стрижицкая О.Ю.* Самоактуализация, психологическое благополучие и повседневный стресс в период взрослости. Вестник Кемеровского государственного университета. 2019;21(77):130–140. https://doi.org/10.21603/2078-8975-2019-21-1-130-140
15. *Kozlov A.V., Gutman S.S., Rytova E.V., Zaychenko I.M.* The application of the fuzzy sets theory to valuing cumulative labor potential of the region. In: Soft Computing and Measurements (SCM): Proceedings of XX IEEE International Conference, 2017. St. Petersburg; 2017. Pp. 621–623. https://doi.org/10.1109/SCM.2017.7970668.
16. *Kustov V.N., Yakovlev V.V., Stankevich T.L.* The information security system synthesis using the graphs theory. In: Soft Computing and Measurements (SCM): Proceedings of XX IEEE International Conference, 2017. St. Petersburg; 2017. Pp. 148–151. https://doi.org/10.1109/SCM.2017.7970522

17. *Madduxx J.E.* (ed.) Subjective Well-Being and Life Satisfaction. London; 2018. 492 p.
18. *Lyubomirsky S., King L.A., Diener E.* The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? Psychological Bulletin. 2005;6(131):803–855. https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803
19. *Walsh L.C., Boehm J.K., Lyubomirsky S.* Does Happiness Promote Career Success? Revisiting the Evidence. Journal of Career Assessment. 2018;2(26):199–219. https://doi.org/10.1177/1069072717751441
20. *Hovi M., Laamanen, Ja.-P.* Income, aspirations and subjective well-being: International evidence. Journal of Economic Behavior & Organization. 2021;185:287–302. https://doi.org/10.1016/j.jebo.2021.02.030
21. *Ye D., Ng Y.-K., Lian Y.* Culture and Happiness. Social Indicators Research. 2015;2(123):519–547. https://doi.org/10.1007/s11205-014-0747-y
22. *Hanley A.W., Garland E.L., Tedeschi R.G.* Relating Dispositional Mindfulness, Contemplative Practice, and Positive Reappraisal with Posttraumatic Cognitive Coping, Stress, and Growth. Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy. 2016;5(9):526–536. https://doi.org/10.1037 / tra0000208
23. *Pavai P.S., Geetha K., Vigneshwari J., Suganthi L.M.* Investigation of relation between decision making and Self-Actualization. Materials Today: Proceedings. 2021;2(37):785–788. https://doi.org/10.1016/j.matpr.2020.06.002
24. *Toth-Bos A., Wisse B., Farago K.* The Interactive Effect of Goal Attainment and Goal Importance on Acculturation and Well-Being. Frontiers in Psychology. 2020;11(704). https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00704
25. *Ye B., Li L., Wang P., Wang R., Liu M., Wang X., Yang Q.* Social anxiety and subjective well-being among Chinese college students. A moderated mediation model. Personality and Individual Differences. 2021;175. https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110680

References

1. *Fortunatov V.V., Kiselev I.P.* Augustin De Betancourt – Minister of Transport of the Russian Empire. Voprosy istorii. 2020;2(11):226–236. (In Russian). https://doi.org/10.31166/VoprosyIstorii202011Statyi46
2. *Gavrilovskaya N.V., Kuvaldin V.P., Zlobina I.S., Lomakin D.E., Suchkova E.E.* Developing a robot with computer vision for automating business processes of the industrial complex. Journal of Physics: Conference Series. 2021;2(1889). https://doi.org/10.1088/1742-6596/1889/2/022024
3. *Fedorenko R.V., Pokrovskaya O.D., Khramtsova E.R.* Electronic Document Management in International Carriage: Russian Experience of Railway Business. Lecture Notes in Networks and Systems. 2021;133:321–330. https://doi.org/10.1007/978-3-030-47458-4_38
4. *Anisimov V., Bogdanova L., Morozova O., Shkurnikov S., Nesterova N.* Multimodal transport network of the far eastern federal district of Russia. Lecture Notes in Civil Engineering. 2021;130:459–468. https://doi.org/10.1007/978-981-33-6208-6_45
5. *Kotenko A., Kotenko O.* Locomotive Team Productivity as a Criterion for Optimal Locomotive Fleet Management. Lecture Notes in Networks and Systems. 2022;402:512–520. https://doi.org/10.1007/978-3-030-96380-4_56
6. *Leontiev D.A.* Quality of life and well-being: objective, subjective and subjective aspects. Psychological Journal. 2020;6(41):86–95. (In Russian). https://doi.org/10.31857/S020595920012592-7
7. *Yashchenko E.F., Lashchenko D.A., Lazorak O.V.* Subjective comfort, coping strategies and types of personality accentuation of Russian and Indonesian university students. Bulletin of Kemerovo State University. 2019;2(21):467–477. (In Russian). https://doi.org/10.21603/2078-8975-2019-21-2-467-477
8. *Yashchenko E.F., Lazorak O.V.* Coping strategies and character accentuations of freshmen students with different levels of subjective well-being. Bulletin of Kemerovo State University. 2020;4(22):1040–1049. (In Russian). https://doi.org/10.21603/2078-8975-2020-22-4-1040-1049
9. *Yashchenko E.* Self-actualization Characteristics, Subjective Well-Being and Copying Strategies of the Russian Railway Employees. In: TransSiberia – 2021: Proceedings of International Scientific Siberian Transport Forum, 2021. Switzerland; 2022. Pp. 304–313. https://doi.org/10.1007/978-3-030-96380-4_34
10. *Yashchenko E.F., Schelokova E.G.* Self-actualization characteristics, personality traits and coping strategies of Russian railroad workers with different level of subjective well-being. In book: IV Betancourt International Engineering Forum: Proceedings of International Forum, St. Petersburg, November 30 – December 2, 2022. St. Petersburg; 2022. Pp. 419–421. (In Russian).
11. *Cerfus D., Karagacheva M.* Gender Characteristics of Psychological Well-Being and Control Locus of Future Transport Professionals. In: TransSiberia – 2021: Proceedings of International Scientific Siberian Transport Forum, 2021. Switzerland; 2022. Pp. 260–268. https://doi.org/10.1007/978-3-030-96380-4_29
12. *Klimenko L.V., Skachkova L.S.* Subjective well-being of teachers of Russian universities experience of empirical research. Education Issues. 2020;4:37–63. (In Russian). https://doi.org/10.17323/1814-9545-2020-4-37-63
13. *Shipunova O.D., Berezovskaya I.P., Smolskaia N.B.* The role of student's self-actualization in adapting to the e-learning environment. In: Technological Ecosystems for Enhancing Multiculturality (TEEM'19): Proceedings of the Seventh

International Conference, 2019. New York: Association for Computing Machinery; 2019. Pp. 745–750. https://doi.org/10.1145/3362789.3362884

14. *Savenysheva S.S., Golovei L.A., Petrash M.D., Strizhitskaya O.Yu.* Self-actualization, psychological well-being and everyday stress during adulthood. Bulletin of Kemerovo State University. 2019;21(77):130–140. (In Russian). https://doi.org/10.21603/2078-8975-2019-21-1-130-140
15. *Kozlov A.V., Gutman S.S., Rytova E.V., Zaychenko I.M.* The application of the fuzzy sets theory to valuing cumulative labor potential of the region. In: Soft Computing and Measurements (SCM): Proceedings of XX IEEE International Conference, 2017. St. Petersburg; 2017. Pp. 621–623. https://doi.org/10.1109/SCM.2017.7970668.
16. *Kustov V.N., Yakovlev V.V., Stankevich T.L.* The information security system synthesis using the graphs theory. In: Soft Computing and Measurements (SCM): Proceedings of XX IEEE International Conference, 2017. St. Petersburg; 2017. Pp. 148–151. https://doi.org/10.1109/SCM.2017.7970522
17. *Maddux J.E.* (ed.) Subjective Well-Being and Life Satisfaction. London; 2018. 492 p.
18. *Lyubomirsky S., King L.A., Diener E.* The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? Psychological Bulletin. 2005;6(131):803–855. https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803
19. *Walsh L.C., Boehm J.K., Lyubomirsky S.* Does Happiness Promote Career Success? Revisiting the Evidence. Journal of Career Assessment. 2018;2(26):199–219. https://doi.org/10.1177/1069072717751441
20. *Hovi M., Laamanen, Ja.-P.* Income, aspirations and subjective well-being: International evidence. Journal of Economic Behavior & Organization. 2021;185:287–302. https://doi.org/10.1016/j.jebo.2021.02.030
21. *Ye D., Ng Y.-K., Lian Y.* Culture and Happiness. Social Indicators Research. 2015;2(123):519–547. https://doi.org/10.1007/s11205-014-0747-y
22. *Hanley A.W., Garland E.L., Tedeschi R.G.* Relating Dispositional Mindfulness, Contemplative Practice, and Positive Reappraisal with Posttraumatic Cognitive Coping, Stress, and Growth. Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy. 2016;5(9):526–536. https://doi.org/10.1037 / tra0000208
23. *Pavai P.S., Geetha K., Vigneshwari J., Suganthi L.M.* Investigation of relation between decision making and Self-Actualization. Materials Today: Proceedings. 2021;2(37):785–788. https://doi.org/10.1016/j.matpr.2020.06.002
24. *Toth-Bos A., Wisse B., Farago K.* The Interactive Effect of Goal Attainment and Goal Importance on Acculturation and Well-Being. Frontiers in Psychology. 2020;11(704). https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00704
25. *Ye B., Li L., Wang P., Wang R., Liu M., Wang X., Yang Q.* Social anxiety and subjective well-being among Chinese college students. A moderated mediation model. Personality and Individual Differences. 2021;175. https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110680