

Секція 3

ПСИХОЛОГІЧНЕ СУПРОВОДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ І ОБОРОНИ



БЕЗРУК Марія Володимирівна,

студентка 2 курсу,

Харківська державна академія культури

РАДЬКО Ольга Василівна,

кандидат психологічних наук,

старший викладач кафедри психології і педагогіки,

Харківська державна академія культури

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПРЕДСТАВНИКІВ СТРЕСОГЕННИХ ПРОФЕСІЙ

Актуальність теми зумовлена тим, що люди, робота яких майже кожного дня пов'язана з небезпекою, теж мають почуття, страхи тощо. Вони теж, як і інші, можуть відчувати стрес, хоч професія вимагає «холоднокровності». І дуже важливо в час, коли ми маємо доступ до усіх наукових джерел та досліджень, не зупинятись вивчати питання прояву стресостійкості працівників ризиконебезпечних професій. А саме: які фактори впливають на цей феномен, його особливості, проводити нові дослідження. Це допоможе ще краще структурувати психологічну роботу з працівниками стресогенних професій, що знизить ризик їх професійного вигорання та зміцнить стійкість до стресу.

Стресостійкість – це загальна якість особистості, яка характеризується здатністю протистояти стресовим факторам за період часу, який необхідний для організації нових умов, в яких даний стресор не буде загрозливим [1].

Окремі аспекти проблеми вдосконалення професійної діяльності розроблялися ще на початку ХХ століття в руслі загальної психології, психології праці, вікової та педагогічної психології (Г. Мюнстерберг, О. Ліпман, В. Штерн, С. Г. Геллерштейн, М. Д. Левітов, О. М. Іванова,

Є. О. Клімов та інші). Після Другої світової війни виникла необхідність розвитку інших напрямків психологічної науки, зокрема військової та юридичної психології, психології діяльності в особливих умовах (М. І. Д'яченко, Б. Ф. Ломов, К. К. Платонов, О. М. Столяренко, О. В. Тімченко, О. Г. Базанов, І. І. Малоপুরін, Ю. М. Забродін, Л. П. Степанова, П. І. Клімук тощо) [3].

А.Я. Боднар та Н.Г. Макаренко у своїй науковій статті, присвяченій вивченню стресостійкості, вказують, що багато дослідників, розглядаючи проблему індивідуальних особливостей стресостійкості пов'язують рівень розвитку даного психологічного феномену з широким колом психологічних характеристик особистості.

Тому, на основі даного підходу до феномену стресостійкості, можна виділити цілий перелік психологічних характеристик особистості, пов'язаних із нею. Він включає когнітивно-інтелектуальний та емоційно-особистісний блоки.

До когнітивно-інтелектуальних особливостей особистості, що безпосередньо впливають на формування високого рівня стресостійкості відносяться такі:

1. Гнучкість мислення, під якою розуміється швидкість перебудови звичного сприйняття, уявлень і думок у змінній ситуації, а також своєчасне і адекватне для цієї ситуації прийняття рішень.

2. Абстрактність мислення як одна з характерних ознак здатності продукувати нові ідеї на основі минулого досвіду. На думку О. Харві, Д. Ханта, Р. Шродера, в основі абстрактності / конкретності лежать такі психологічні процеси, як диференціація й інтеграція понять.

3. Поленезалежність як показник індивідуально-своєрідного способу переробки інформації, що характеризує специфіку інтелектуальної діяльності особистості. Розвинені перцептивні здібності: перцептивна увага, спостережливість [2].

До емоційно-особистісних властивостей, що роблять суттєвий вплив на формування стресостійкості, відносяться такі:

1. Емоційна стійкість.

2. Афективні переживання, супроводжуючи стрес, можуть призвести до негативних змін в організмі людини.

3. Оптимізм як властивість особистості (переважання позитивного емоційного фону). Оптимістичне сприйняття навколишнього світу сприяє емоційній організації у стресогенних ситуаціях, оскільки прогноз майбутніх змін будуватиметься, зазвичай, у позитивному напрямі.

4. Середній рівень особистісної тривожності. Під тривожністю ми

розуміємо особистісну властивість, обумовлюючи готовність до тривожних реакцій.

5. Середній рівень агресивності. Агресивність розглядається як стійка особистісна особливість світосприймання і світобачення, яка виражається в готовності до агресивних дій відносно іншого і залежить від готовності особистості сприймати й інтерпретувати поведінку іншої людини відповідним чином.

6. Внутрішній локус контролю, який засновано на сприйнятті життєвих подій як наслідків особистих дій, підконтрольних самій людині [3].

Також велику роль грає психологічна готовність людини, вірність вибору професії на майбутнє.

Д. Голланд у власній теорії робить важливий, висновок, що успіх у фаховій діяльності та задоволення її результатами залежить, в першу чергу, від відповідності типу особистості професійному середовищу. У цьому випадку професіонал має змогу розкрити власні здібності та виявити ціннісні орієнтації. Опираючись на дану теорію, для успішного виконання функціональних обов'язків істотними особистісними особливостями є якості, пов'язані із спрямованістю індивіда (інтереси, настанови, ціннісні орієнтації, тощо) [3].

Отже, нами були розглянуті основні психологічні особливості прояву стресостійкості людини в стресових ситуаціях і звідси можна зробити висновок, що відмінності у прояві різних рівнів стресостійкості обумовлюються поєднанням якісних й кількісних характеристик особистості, які складають комплекс когнітивних, інтелектуальних, емоційних, особистісних та інших властивостей людини, пов'язаних зі стресостійкістю, і відповідають вимогам спеціальності.

Тому при психологічній роботі з працівниками стресогенних професій треба брати до уваги всі перераховані фактори і не забувати про задоволеність людини обраною професією.

Список бібліографічних посилань

1. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. К.: Ніка-Центр, 2007. 432 с.

2. Коваль І. С. Умови формування психологічної готовності майбутніх рятувальників. *Науковий журнал «Молодий вчений»*. 2016. № 3 (30). С. 592-595.

3. Боднар А. Я., Макаренко Н. Г. Психологічні особливості стресостійкості представників стресогенних професій URL: http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/2812/Bodnar_psyk

holohichni_osoblyvosti_stresostiikosti.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

