

ПОШУК ПСИХОДІАГНОСТИЧНИХ ПРАВИЛ ДЛЯ ДІАГНОСТИКИ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ЗА ДОПОМОГОЮ ДЕТЕРМІНАЦІЙНОГО АНАЛІЗУ

Каткова Т. А.

старший викладач кафедри психології

*Мелітопольського державного педагогічного університету
імені Богдана Хмельницького*

Шевченко С.-В.

*кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології
Мелітопольського державного педагогічного університету
імені Богдана Хмельницького*

м. Мелітополь, Запорізька область, Україна

Проблема емоційної стійкості займає одне з важливих місць в сучасній психології. На важливу мобілізаційну, інтегративно-захисну роль емоції свого часу вказував П.К. Анохін. Він писав: «Виконуючи майже моментальну інтеграцію усіх функцій організму, емоції самі по собі і в першу чергу можуть бути абсолютним сигналом корисного або шкідливого впливу на організм, часто навіть раніше, ніж визначено локалізація впливів і конкретний механізм відповідної реакції організму» [3, с. 173]. Завдяки вчасно виниклої емоції організм має можливість надзвичайно вигідно пристосуватися до навколишніх умов. Він в змозі швидко відреагувати на зовнішній вплив, не визначивши ще його тип, форму, інші приватні конкретні параметри.

Підвищення динамізму розвитку виробничої життя нашої країни, безперервнн підвищення напруженості процесу реалізації людиною навчальної, трудової т інших видів діяльності, ломка усталених стереотипів поведінки, підвищений запит до своєчасності та ефективності прийняття людиною рішень, до швидкості і точності його дій і операцій, а також збільшення надзвичайних ситуацій призводять до виникнення у людей різного віку і професій стресових ситуацій. Такі стаЦни надмірного і тривалого психологічного напруження виникають у людини, коли її нервова система одержує емоційне перевантаження. Ті, хто не вміє регулювати свої емоції, не виявляють витримку, піддаються різним видам нервових і психологічних захворювань. Стреси, особливо якщо вони часті і тривалі, роблять негативний вплив не тільки на психологічний стан, але і на фізіологічне здоров'я людини. Вони являють собою головні «фактори ризику» при появі і загостренні таких захворювань, як серцево-судинні і захворювання шлунково-кишкового тракту.

Велика частина емоційних реакцій пояснюється або тим, що вони корисні і. отже, повторюються; або просто тим, що вони є рудиментами рухів, які оули доцільні на попередній стадії еволюції. Так, якщо руки стають вологими при страху, то це означає, що колись у наших мавпоподібних предків ця реакція при небезпеці полегшувала схоплювання за гілки дерев [5, с. 116].

З точки зору К. Ланге емоція є лише усвідомленням мозкових, м'язових органічних змін і складається з вазомотрих змін у внутрішніх і залістих органах а що секреторні, моторні, когнітивні і пережиті феномени лише втори" афекти. Теорія Джемса-Ланге швидко завоювала популярність. Психологи ви

но задовольнялися поясненням, що впливають з цієї теорії, що суб'єкт «сумний, тому що він плаче; боїться, бо він біжить» [4, с. 63].

Емоційна стійкість зменшує негативний вплив сильних емоційних явищ, попереджає крайній стрес, сприяє прояву готовності до дій в напруженій ситуації. Тому емоційна стійкість - один з важливих психологічних чинників надійності, ефективності і успіху діяльності в екстремальній обстановці.

Отже, здійснення розробки методики пошуку діагностичних правил емоційної стійкості людини, необхідно для подальшого її застосування при професійному відборі людей в ті області діяльності, які вимагають від людини високої стійкості в стресогенних ситуаціях. Ця методика може бути використана, наприклад, при відборі людей, які беруть участь в ліквідації наслідків різних надзвичайних ситуацій. Тобто ця методика має широкий діапазон застосування і ефективна незалежно від сфери діяльності тих людей, яких ми діагностуємо з її допомогою.

У своїй роботі ми застосовуємо оригінального методу обробки даних під назвою «детермінаційний аналіз». Ця технологія (прийнято називати ДА-технологією) успішно застосовується в психології для роботи з психологічними даними. ДА-технологія дає можливість зручно аналізувати нечислові дані спільно з числовими, і дозволяє отримувати корисні і ясно інтерпретовані результати навіть в тих випадках, коли порушені умови застосовності класичних методів. Вона особливо ефективна при аналізі діагностичних правил і висновків, якими користуються психологи.

Детермінаційний аналіз (скорочено ДА) - це універсальний метод обробки даних, а також метод математичного моделювання. Математичні основи розроблені в Інституті Системних досліджень у відділі академіка С.С. Шаталіна [1]. Пізніше були отримані фундаментальні математичні результати, пов'язані з так званою «детермінаційною логікою» [2].

У психології до найбільш ефективних областей застосування відносяться: обробка психологічних архівів, даних обстежень, історій хвороби; визначення діагностичних критеріїв; визначення ефективності лікарських препаратів; визначення ефективності нових методів психотерапії. Розроблені сучасні версії програмного забезпечення під назвою «ДА-система», яка дозволяє психологам застосовувати детермінаційний аналіз і підтримує ДА-технологію роботи з даними. Незважаючи на близькість або навіть збіг методологічних позицій і наукових установок дослідників емоційної стійкості, між ними існує відоме розбіжність у підходах до її вивчення: одні вивчають емоційну стійкість, розуміючи її як інтегральна властивість особистості, інші, підкреслюючи специфічність емоційної стійкості, приділяють увагу вивченню емоційної регуляції поведінки в залежності від сили, знака, лабільності і змісту емоцій, треті вважають, що вона являє собою здатність долати зайве емоційне збудження при виконанні складної діяльності, тим самим мимоволі роблять акцент на вивченні волевого самоврядування, четверті бачать її витік в резервах нервово психічної енергії.

Перспективним є підхід до дослідження емоційної стійкості на основі розуміння її як якості особистості і як психічного стану, що забезпечують доцільне Поведінку в екстремальних ситуаціях. Такий підхід дозволяє розкривати передумови емоційної стійкості, що криються в динаміці психіки, зміст емоцій, по-

чуттів, переживань, а також діалектично встановлювати залежність її від потреб, мотивів, волі; підготовленості, інформованості та готовності особистості до виконання тих чи інших завдань. Заслугує на увагу дослідження процесу формування емоційної стійкості, можливостей і прийомів її підтримки і збереження в екстремальних умовах професійної діяльності. Важливо вивчити причини та механізми емоційної нестійкості, психологічні шляхи і передумови її запобігання і подолання.

Важливий фактор емоційної стійкості - утримання і рівень емоцій, почуттів переживань в екстремальній обстановці. Емоційна стійкість тільки частково залежить від типу нервової системи, деяких властивостей темпераменту. Емоційна стійкість їхня позиція видається специфічності реакції і об'єднує в собі природні, захисні і пристосувальні механізми, які запускають вплив значущості подразника. Пізнання природи і закономірностей емоційної стійкості сприяє динамічний аналіз діяльності з урахуванням можливих трансформацій її цілей, мотивів, способів, смислового змісту.

Застосовуючи детермінаційний аналіз, слід мати на увазі, підкреслимо ще раз, що цей метод відноситься до методів описової статистики. Він дозволяє обчислювати характеристики тестів, спираючись виключно на дані, з якими має справу психолог і які пов'язані з певною вибіркою випробовуваних. Тому для того, щоб результати, отримані за допомогою ДА, могли бути визнані валідними в науковому та практичному плані, їх слід доповнити статистичними оцінюванням довірчих інтервалів для характеристик детермінацій і, якщо буде потрібно, оцінками статистичної значущості відмінностей між значеннями цих характеристик. Для вирішення подібних завдань можна застосовувати стандартні методи, які описані в посібниках з методів статистичного аналізу в психології. У прикладі, наведеному вище, відповідні статистичні оцінки були зроблені, вони підтверджують валідність результатів. Ми їх не наводимо тут тільки тому, що такого роду розрахунки мають загальноприйнятий характер і способи їх здійснення добре відомі.

У практиці аналізу психологічної інформації ефективно використовуються різні статистичні методи, серед них регресійний аналіз, факторний аналіз, метод головних компонент і інші. Багато з них можуть дати і дають прекрасні результати, коли виконані умови, що роблять ці методи адекватним інструментом вирішення наукових і практичних проблем. До таких умов часто ставляться вимоги: інформація повинна мати числовий характер; зв'язок між ознаками має бути лінійним; розподіл досліджуваних за значенням ознак повинен мати спеціальний, так званий «нормальний» вид; зв'язок між багатьма ознаками можна було б зводити до аналізу зв'язків між парами ознак.

Якщо ці умови виконані, детермінаційний аналіз також може допомогти в отриманні корисних результатів, але краще за все користуватися вище перерахованими класичними методами. Однак, нерідко на практиці ці умови виконані лише частково або не виконані зовсім. Крім того часто виявляється неохочі до проводити аналіз не «взагалі», а саме в такій формі, щоб результатом отримували типу діагностичних правил, де фігурують конкретні діагностичні ознаки і конкретні види захворювань. Саме в цих випадках детермінаційний аналіз виявляє себе найкращим чином як ефективний засіб ставити і вирішувати практично корисні завдання.

Підводячи підсумки, можна відзначити, що емоційна стійкість може мати різні **рівні**, які визначаються її структурою, індивідуальними особливостями особистості, досвідом, знанням, навичками, вміннями.

Література:

1. Аболин Л.М. Соотношение психологических и физиологических коррелятов эмоциональной устойчивости спортсменов // Вопросы психологии. 1994. - № 1. - С. 104-115.
2. Аболин Л.М. Эмоциональная устойчивость и пути ее повышения // Вопросы психологии. 1999. - № 4. - С. 141-149.
3. Анохин К.П. Психология эмоций: Тексты / К.П. Анохин. - М., 1984. - С. 173.
4. Изард К. Эмоции человека. / К. Изард. - М., 1980. - С. 63.
5. Фресс П. Экспериментальная психология. / П. Фресс. - М., 1975. - С. 116.

СИСТЕМА РАБОТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ПО СОХРАНЕНИЮ ПСИХИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЧАСТНИКОВ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Кашкарёва Л. Р.

*кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии*

*Бердянского государственного педагогического университета
г. Бердянск, Запорожская область, Украина*

Всемирная организация здравоохранения характеризует психическое здоровье как состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справиться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества. Однако мы живём в XXI веке, который психиатры называли «веком саморазрушающего поведения». И потому перечень факторов, влияющих на психическое здоровье и провоцирующих расстройства поведения, а также психопатии, неврозы, психозы и прочее, пространен и внушительен [4, с. 51-61].

Термин «психическое здоровье» чаще используется врачами и традиционно интерпретируется как собственная жизнеспособность индивида, обеспеченная полноценным развитием и функционированием психического аппарата. Психологи используют этот термин в связи с возрастанием количества пограничных нервно-психических расстройств. По мнению И.В. Дубровиной, основу психологического здоровья составляет нормальное развитие субъективной реальности человека в пределах индивидуальной жизни, а одним из основных Показателей психологического здоровья является состояние субъективного, "внутреннего благополучия личности, что обеспечивает оптимальные возможности ее эффективного взаимодействия с окружающими людьми и объективной реальностью (1).