

Каткова Т.А.

Магістр психології

Старший викладач кафедри психології

Мелітопольського державного педагогічного університету

імені Богдана Хмельницького

м. Мелітополь, Україна

ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ НЕРВОВО-ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ У ПРЕДСТАВНИКІВ СТРЕСОГЕННИХ ПРОФЕСІЙ

У сучасних умовах багато професій мають стресогенний характер. В ході реорганізації економіки і формування нових цінностей в українському суспільстві істотно змінюються особистісні, характерологічні особливості світогляду, суб'єктивна переоцінка значущості праці, особливо в сфері людина-людина, що, безумовно, відбивається в психологічних дослідженнях стресостійкості як практичного завдання управління персоналом.

Проблема психологічного стресу фахівців різних областей професійної діяльності набуває все зростаючу наукову і практичну актуальність у зв'язку з безперервним зростанням соціальної, економічної, екологічної, техногенної, особистісної екстремальності нашого життя та істотною зміною змісту і умов праці у представників багатьох професій. Зростає кількість можливих проблемних ситуацій, підвищується професійна і особистісна значимість і відповідальності за результати і наслідки діяльності.

Теорія психічних станів ще дуже далека до завершеності, багато аспектів психічних станів залишаються маловивченими, хоча вперше інтерес до їх дослідження з'явився в далекій давнині. Були встановлені ряд найважливіших закономірностей і механізмів, що стосуються феноменології, структури, функцій, динаміки психічних станів. Проблеми, з якими стикаються дослідники при вивченні психічних станів обумовлені насамперед багатою різноманітністю останніх, їх багатомірністю, багатофункціональністю, дискретністю, безперервністю, складністю вимірювання.

З урахуванням того, що психічні стани являють собою складну системну

реакцію людини на вплив, до них застосовуються різні групи методів оцінки: фізіологічні, поведінкові, суб'єктивні, проте за результатами оцінки лише однієї групи методів складно робити однозначні висновки про наявність того чи іншого стану. По-цьому з метою отримання інформації про стан як цілісної системної реакції на вплив психодіагностами визнається доцільним використання не однієї, а комплексу методик, оцінка яких дається на основі аналізу всієї сукупності. Перераховані фактори зумовлюють особливий підхід при виборі методів діагностики психічних станів і виміру їх динаміки.

Стрес є реакцією не стільки на фізичні властивості ситуації, скільки на особливості взаємодії між особистістю і навколишнім світом.

Термін «стрес» (в перекладі з англ. – тиск, напруга) запозичений з техніки, де це слово використовується для позначення зовнішньої сили, яка додається до фізичного об'єкту і викликає його напруженість, тобто тимчасове або постійне зміна структури об'єкта [1].

Аналіз досліджень з професійного стресу свідчить про те, що основну увагу в них приділялася організаційних чинників і зовнішніх умов діяльності як стресових впливів, в меншій мірі – впливу особистісних особливостей на стресорну реакцію і явно недостатньо приділялося уваги фактичним стресовим впливів, які відбуваються між індивідом і умовами середовища. Тому, об'єктивно необхідними і важливими представляються дослідження, присвячені виявленню детермінанту стійкості до психічного стресу, її проявів у трудовій діяльності, особливо у представників стресогенних професій.

Відомий дослідник стресу Г. Сельє зазначає, що слово «стрес», так само як «успіх», «невдача» і «щастя», має різне значення для різних людей. Тому дати його визначення досить важко, хоча воно і увійшло в наше повсякденне мова [3].

Протягом останніх років відзначається стійкий інтерес дослідників до вивчення природи професійного стресу. Розвиток стресу в професійній діяльності є найважливішою проблемою. В оглядах літератури з цієї проблеми показано, що ряд робочих стресорів, таких як рольова невизначеність,

конфлікти, робоча перевантаження та інші зазвичай бувають тісно пов'язані з психічним напруженням, психосоматичні розлади, а також з несприятливими поведінковими наслідками [1].

В екстремальних умовах порушується звичний режим праці та відпочинку людини. У важких екстремальних ситуаціях психічні та інші перевантаження досягають меж, за якими можуть слідувати перевтома, нервово виснаження, цілковитий зрив діяльності, афективні та психогенні реакції. Вплив екстремальних умов складається не тільки з прямої, безпосередньої загрози життю людини, а й опосередкованої, пов'язаної з очікуванням її реалізації.

Велике значення в психології праці має вивчення психофізіологічних механізмів регуляції функціонального стану в професійній діяльності людини. Актуальність даного аспекту обумовлена наявністю ряду професій, істотною особливістю яких є присутність зовнішніх і внутрішніх факторів (діючих постійно або епізодично), які ускладнюють професійну діяльність, викликають розвиток важких станів: стресу і емоційної напруженості, перевтоми, депресії і навіть невротичних станів. Цій проблемі були присвячені зокрема, дослідження Л.А. Китаєва-Смика, Л.Г. Дикої та інших [2].

Результати дослідження можуть бути використані при розробці та практичній реалізації педагогічної підготовки та психологічної корекції, спрямованих на підвищення стійкості до деструктивного впливу стрес-факторів, що виникають в процесі професійної діяльності, а відповідно більш високому рівню нервово-психічної стійкості особистості.

Список використаних джерел

1. Бодров В.А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов / В.А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2000. – 352 с. – (Современное образование).
2. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса / Л.А. Китаев-Смык. – М., 1999.
3. Леонова А.Б., Чернышева О.Н. Психология труда и организационная психология: современное состояние и перспективы развития / А.Б. Леонова, О.Н. Чернышова. – М.: Радикс, 1995.