

термінації стилів спілкування, на відміну від чіткої диференціації зумовленості особливостями нервової системи індивідуального стилю діяльності.

Показником індивідуального стилю діяльності та стилю спілкування є позитивні емоції, що виникають у процесі та результаті успішного їх використання, а найбільшою мірою індивідуальний стиль (передусім підготовчий та виконавчий стилі діяльності) проявляється в екстремальних ситуаціях. Це ж є підставою для висновку про важливість психологічних знань щодо суті зазначеного надбання та необхідність його врахування й цілеспрямованого формування в осіб при підготовці до діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Климов Е. А. Индивидуальный стиль деятельности в зависимости от типологических свойств нервной системы / Климов Е. А. – Казань, 1969. – 278 с.
2. Мерлин В. С. Формирование индивидуального стиля деятельности в процессе обучения / В. С. Мерлин, Е. А. Климов // Сов. педагогика. – 1967. – №4. – С. 110–118.
3. Хохліна О. П. Проблема стильових особливостей життєдіяльності людини у контексті її онтогенетичного розвитку / О. П. Хохліна // Естетика і етика педагогічної дії : зб.наук.пр. – Вип. 4. – К.–Полтава, 2012. – С. 62–74.
4. Хохліна О. П. Психолого-педагогічні основи корекційної спрямованості трудового навчання учнів з вадами розумового розвитку / Хохліна О. П. – К. : Педагогічна думка, 2000. – 286 с.
5. Хохліна О. П. Результати теоретико-емпіричного дослідження детермінації стильових особливостей спілкування / О. П. Хохліна, О. І. Анашкіна // Психологічні аспекти життєдіяльності людини в умовах втілення демократичних цінностей в Україні : тези наук.-теор. конф. викладачів та студентів «Перспективи втілення демократичних цінностей та реалізації прав людини в Україні». – Луцьк : Вежа-друк, 2013. – С. 6–8.
6. Щукин М. Р. Структура индивидуального стиля трудовой деятельности / М. Р. Щукин // Вопросы психологии. – 1984. – №6. – С. 26–32.

УДК 159.9:159.98

Цокота В.Р., к. психол. н., психолог, Медичний цент діагностики та лікування «Ла Віта Сана»

ПРОГРАМА ТРЕНІНГУ РОЗВИТКУ СФЕР ОСОБИСТОСТІ КОМАНДИРІВ ВІДДІЛЕНЬ ВІЙСЬКОВИХ ПОЖЕЖНИХ ПІДРОЗДІЛІВ, ЩО ВИЗНАЧАЮТЬ ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті розглянуто програму тренінгу розвитку сфер особистості командирів відділень військових пожежних підрозділів, що визначають психологічні особливості ефективності професійної діяльності. Визначено етапи розвитку психологічних особливостей, які сприяють підвищенню ефективності професійної діяльності військових пожежних строкової та контрактної служби. Проведено аналіз результатів тренінгової програми у командирів відділень військових пожежних підрозділів строкової й контрактної служби та встановлено ефективність програми тренінгу.

Ключові слова: ефективність професійної діяльності, програма тренінгу, сфери особистості, психологічні особливості.

В статті розглянуто програму тренінгу розвитку сфер особистості командирів окремих військових підрозділів, що визначають психологічні особливості ефективності професійної діяльності. Визначено етапи розвитку психологічних особливостей, які сприяють підвищенню ефективності професійної діяльності військових срочной і контрактної служби. Проведено аналіз результатів тренінгової програми у командирів окремих військових підрозділів срочной і контрактної служби і встановлено ефективність програми тренінгу.

Ключевые слова: эффективность профессиональной деятельности, программа тренинга, сферы личности, психологические особенности.

Постановка проблеми. Надзвичайний характер професійної діяльності командирів військових пожежних підрозділів (далі – КВПП), які безпосередньо беруть участь у гасінні пожеж на військових об'єктах, зумовлює високий рівень ризику виникнення у них нервово-психічних розладів, психічних дезадаптацій і стресових станів. Такі негативні впливи можуть стати причиною низької ефективності професійної діяльності (далі – ЕПД).

На психологічну складову ЕПД значною мірою впливають особистісні особливості фахівця, психологічний відбір яких проводиться тільки для контрактної форми служби та не проводиться для строкової.

Це зумовлює актуальність розробки програми тренінгу розвитку сфер особистості КВПП, що визначають психологічні особливості ефективності професійної діяльності.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Психологічний тренінг широко розвивався у психологічній практиці з 1940-х рр. і має до сьогодні безліч модифікацій – групи тренінгу (або за міжнародною класифікацією, Т– групи, вперше експериментально апробовані К. Левінім); групи навчання (або S– групи; Дж. Балінт та ін.); групи зустрічей (або, E-групи; К. Роджерс та ін.), групи соціально – психологічного тренінгу (М. Форверг, Т. Альберт, Й. Шмідт та ін.) [3]. Зважаючи на чималий досвід психологічної підготовки особистості у рамках тренінгу, на сьогоднішній день дана система психологічної підготовки зайняла одне з провідних місць у системі професійної підготовки фахівців різного профілю, у тому числі представників ризиконебезпечних професій. При організації в зарубіжних країнах системи психологічного тренінгу соціальної комунікації поліцейських багатопланово враховано специфіку їх спілкування в ситуаціях професійної діяльності (Vrij, Koppelaar, Dragt, van den Born, 1993; Woodhull, 1995; Oakley, 1995; Greenstone, 1995; Spumy, 1996; Cech, 2000) [3].

При цьому суть і структура процесу збереження психічного здоров'я співробітників ризиконебезпечних професій повинна мати системний характер, з урахуванням необхідних умов у професійній діяльності і соціальних стосунках [7; 8]. Тренінг повинен бути специфікованим для конкретної психологічної групи фахівців, враховуючи їх професійно важливі особистісні особливості, які потребують першочергового розвитку.

Вітчизняну основу тренінгових програм на сьогодні складають положення і висновки теорії діяльності О. М. Леонтьєва [4], особистісний та системний підходи, розроблені С. Л. Рубінштейном [9] та Б. Г. Ананьєвим [1], концепція Л.

С. Виготського [2], пов'язана з розширеним трактуванням культурно-історичної теорії та поняттям зони найближчого розвитку. Широко використовуються теоретичні висновки вітчизняних психологів: генетичний підхід С. Д. Максименко [5; 6] та дотримання принципу процесуальності у психологічних моделях психотерапії, відзначений О. С. Кочаряном [3]. В основі для модифікації та розробки вправ для тренінгу використовуються здебільшого вправи гештальттерапії, нейролінгвістичного програмування, когнітивної терапії та психодрами.

Метою даної статті є розробка та перевірка ефективності програми тренінгу розвитку сфер особистості командирів відділень військових пожежних підрозділів, що визначають психологічні особливості ефективності професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу. На підставі вивчення психологічних особливостей ЕПД розроблено програму тренінгу розвитку особистісних особливостей КВВП, що сприяють їх ЕПД.

«Цілі» для тренінгової програми з підвищення суб'єктивного критерію ЕПД у кожній сфері наведено в таблиці 1.

Таблиця 1

«Цілі» для тренінгової програми з підвищення суб'єктивного критерію ЕПД у кожній сфері.

Сфера	Завдання тренінгу полягає у розвиненні психологічних особливостей
емоційно-регуляторна сфера	розвиток навичок активного та соціального подолання стресових ситуацій; посилення адаптаційного потенціалу; визначення вискоефективних стратегій професійної поведінки; підвищення стресостійкості; розширення діапазону визначення та відображення актуальних емоційних переживань; тренування навичок регулювання та переробки емоцій.
мотиваційно-потребнісна сфера	розвинення спрямованості на військово-пожежну службу; мотивування на досягнення високих професійних результатів.
просторовий інтелект	розвиток просторової уяви; навчання основам вирішення конструктивних практичних завдань.
комунікативна сфера	посилення комунікативного потенціалу; формування навичок позитивного визначення себе у колективі; формування товариського ставлення до оточуючих.

Програма тренінгу передбачає групову форму роботи і побудована на принципах комплексності, системності, послідовності й диференційованості.

Програма психокоригувальних заходів включає три основні етапи роботи.

Тривалість тренінгу: 5 днів по 3 години.

Графік проведення: з 14.00 до 17.00.

Структура тренінгу:

перший етап – введення і знайомство (1-й день роботи);

другий етап – розвиток необхідних вмінь (другий, третій та четвертий дні роботи);

третій етап – закріплення навичок та підбиття підсумків (5-й день роботи).

Структура одного дня роботи:

перший етап – розминка;

другий етап – групові вправи;

третій етап – підбиття підсумків дня.

«Цілі» тренінгу: професійна реалізація, стратегії професійної поведінки, професійна витривалість, визначення себе у колективі.

Групові завдання тренінгу було розроблено та модифіковано, враховуючи специфіку трудової діяльності КВВПП. Під час виконання деяких завдань використовувалася звуковий супровід пожежі, руйнування будівель, криків потерпілих та вибухів. Вправи тренінгу включали комплексне розвинення системи відношень до діяльності у надзвичайних умовах. Під час проведення тренінгу враховувалися моделі ЕПД КВВПП строкової та контрактної служби в емоційно-регуляторній, мотиваційно-потребнісна, комунікативній сферах та сфері просторового інтелекту. Кожне із завдань передбачало задіяння психологічних механізмів розвитку та самовдосконалення у декількох психологічних особливостей одночасно. Під час виконання деяких завдань кожен з КВВПП по черзі виконував керівні функції.

Основна форма поточного контролю: рефлексія суб'єктивних станів, діагностичні процедури до початку програми тренінгу та після її завершення.

Сетінгові параметри тренінгової програми і характеристика групи:

Характеристика групи: КВВПП строкової та контрактної служби з низькою ЕПД.

Тренінг передбачає п'ять сесій по три години. Оптимальна кількість учасників у групі – 12 КВВПП для моделювання двох військово-пожежних відділень по шість чоловік.

Основні акценти наданих у тренінгу вправ та подальша рефлексія завдань варіювалися залежно від форми служби та враховуючи детермінаційні моделі досягнення ЕПД КВВПП строкової та контрактної служби.

Структуру і короткий зміст тренінгу наведено в таблиці 2.

Перша сесія спрямована на ознайомлення з цілями і завданнями, основними принципами і сетінговими параметрами групової роботи, а також на прояснення очікувань учасників тренінгу від майбутньої роботи. Включає вправи, спрямовані на формування довірчої атмосфери у групі, а також визначення поняття ЕПД та чинників, які сприяють її досягненню, творчого підходу до завдань щодо розвинення командирських якостей учасників тренінгу.

Друга сесія спрямована на розвиток просторового мислення та визначення вискоелективних стратегій професійної поведінки. Включає вправи на розвинення навичок орієнтації, взаємодії та співпраці у просторі під час стресової ситуації та відпрацювання уміння продуктивно діяти в недирективному середовищі в умовах невизначеності.

Структура і короткий зміст тренінгу

Номер сесії	Мета сесії	Перелік завдань і вправ	Час проведення	Кількість учасників (чол.)
1	Налаштування на роботу у тренінговій групі, визначення правил та мети занять	Вправа 1 «Ім'я командира» Вправа 2 «Елітний військовий клуб» Вправа 3 «Ефективний командир»	3 години	12, по шість у підгрупі
2	Розвиток просторового мислення та визначення високоефективних стратегій професійної поведінки	Вправа 1 «Без командира» Вправа 2 «Перемога чи поразка» Вправа 3 «Задимлене приміщення»	3 години	12, по шість у підгрупі
3	Посилення адаптаційного потенціалу та стресостійкості, розвиток навичок регулювання та переробки емоцій	Вправа 1 «Стрій та Я» Вправа 2 «Пожежа» Вправа 3 «День переможця» Вправа 4 «Якір»	3 години	12, по шість у підгрупі
4	Посилення комунікативного потенціалу та позитивного визначення себе у колективі	Вправа 1 «Рольова дискусія» Вправа 2 «Зворотний зв'язок» Вправа 3 «Дисципліна»	3 години	12, по шість у підгрупі
5	Закріплення знань та навичок ефективного керівництва	Вправа 1 «Якості ефективного командира» Вправа 2 «Стилі керівництва» Вправа 3 «Я – професіонал»	3 години	12, по шість у підгрупі

Третя сесія спрямована на посилення адаптаційного потенціалу та стресостійкості, розвиток навичок регулювання та переробки емоцій. Вправи сприяють розвитку навичок визначення та регулювання емоційних станів, допомагають подолати внутрішні бар'єри, страх і невпевненість перед іншими людьми, розвивають вміння розпізнати характер ситуації та діяти адекватно існуючим умовам.

Метою *четвертої сесії* є посилення комунікативного потенціалу та вміння позитивно визначати себе у колективі. Включає освоєння активного стилю спілкування і розвинення у групі стосунків партнерства, удосконалення командирського вміння керувати групою. Вправи спрямовані на розвинення навичок риторики та одержання зворотного зв'язку.

П'ята сесія спрямована на закріплення знань та навичок ефективного керування. Включає вправи, спрямовані на актуалізацію внутрішніх ресурсних станів особистості, закріплення отриманих результатів і підбиття підсумків групової роботи.

Апробація запропонованої тренінгової програми розвитку сфер особистості командирів відділень військових пожежних підрозділів, що визначають психологічні особливості ефективності професійної діяльності, проводилась на базі військової частини А 1705, в якій взяли участь 12 КВВПП строкової та 12 КВВПП контрактної служби з низьким рівнем ЕПД (дві експериментальні групи). Контрольні групи склали 12 КВВПП строкової та 12 КВВПП контрактної служби з низьким рівнем ЕПД, яких не було включено до психокоригувальної групи.

Ефективність програми визначалася:

1) за результатами оцінювання зрушень в експериментальних групах до і після проведення тренінгу за показниками чотирьох блоків розробленої методики «Незакінчені речення» для діагностики системи відношень до діяльності в надзвичайних умовах: професійна реалізація, стратегії професійної поведінки, стресостійкість, визначення себе у колективі;

2) зміною неефективних стратегій професійної поведінки, покращення командирської майстерності та покращення емоційної регуляції (за даними самозвіту);

3) за результатами оцінювання достовірних зрушень за вказаними показниками в контрольних групах.

Аналіз результатів проведеної тренінгової програми у КВВПП строкової та контрактної служби наведено в таблиці 3.

Таблиця 3

Оцінювання зрушень в експериментальних групах до і після проведення тренінгу

Параметри	Професійна реалізація	Стратегії професійної поведінки	Професійна витривалість	Визначення себе у колективі
Значення критерію Віл-коксона для КВВПП строкової служби	-11,892	-13,395	-12,938	-12,653
p- рівень значущості	0,001	0,001	0,001	0,001
Значення критерію Віл-коксона для КВВПП контрактної служби	-12,397	-13,190	-13,292	-12,934
p- рівень значущості	0,001	0,001	0,001	0,001

Встановлено достовірне підвищення рівня профпридатності та суб'єктивного відчуття задоволеності від своєї професійної діяльності, визначення перспектив подальшого професійного та життєвого розвитку, форму-

вання доцільніших стратегій професійної поведінки, підвищення професійної витривалості та адаптивності, покращення емоційно-вольової регуляції, розвинення здатності до співробітництва, комунікативних здібностей, підвищення впевненості у собі та у своїх діях, покращення ставлення до підлеглих, керівників та співслужбовців.

У КВВПІ з контрольних груп позитивної динаміки за вказаними показниками не виявлено, що також є показником ефективності тренінгової програми. Дані наведено в таблиці 4.

Таблиця 4

Оцінювання зрушень у контрольних групах під час першого та повторного тестування

Параметри	Професійна реалізація	Стратегії професійної поведінки	Професійна витривалість	Визначення себе у колективі
Значення критерію Вілкоксона для КВВПІ строкової служби	-0,170	-1,473	-0,813	-0,169
p-рівень значущості	0,865	0,141	0,416	0,866
Значення критерію Вілкоксона для КВВПІ контрактної служби	-0,357	-1,190	-0,281	-0,934
p-рівень значущості	0,721	0,256	0,778	0,317

На рівні суб'єктивної оцінки в цілому КВВПІ як строкової, так і пожежної служби відзначили підвищення готовності до керування військовим пожежним підрозділом, покращення орієнтації у складних ситуаціях, комунікативної компетентності та регуляції емоцій.

Отже, запропонована програма тренінгу вказує на ефективність для розвитку сфер особистості, які впливають на ЕПД, і може бути рекомендована для подальшого використання.

Висновки. 1. На підставі вивчення психологічних особливостей ЕПД розроблено програму тренінгу розвитку сфер особистості командирів відділень військових пожежних підрозділів, що визначають психологічні особливості ЕПД. «Мішені» тренінгу розділено за сферами відношень: професійна реалізація, стратегії професійної поведінки, професійна витривалість, визначення себе у колективі. У програмі реалізується групова форма роботи, побудована на принципах генетичного та клієнтцентованого підходах. Групові завдання тренінгу було розроблено та модифіковано, враховуючи специфіку трудової діяльності КВВПІ. Вправи тренінгу передбачали задіяння психологічних механізмів розвитку та самовдосконалення у декількох сферах одночасно

під час виконання керівних функцій.

2. Проведено аналіз результатів проведеної тренінгової програми у КВВПШ строкової та контрактної служби і встановлено достовірне підвищення рівня профпридатності й суб'єктивного відчуття задоволеності від своєї професійної діяльності, визначення перспектив подальшого професійного та життєвого розвитку, формування доцільніших стратегій професійної поведінки, підвищення стресостійкості й адаптивності, впевненості у собі та у своїх діях, покращення емоційно-вольової регуляції, ставлення до підлеглих, керівників та співслужбовців, розвинення здатності до співробітництва, комунікативних здібностей.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Ананьев Б. Г. – ЛГУ, 1969. – 282 с.
2. Выготский Л. С. Избранные психологические исследования / Выготский Л. С. – М., 1956. – 660 с.
3. Кочарян А. С. Принцип процессуальности в психологических моделях психотерапии / А. С. Кочарян // Архив психиатрії. Науково-практичний журнал. – 2002, 4(31). – С. 143–151.
4. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики / Леонтьев А. Н. – М. : МГУ, 1972. – 575 с.
5. Максименко С. Д. Генетическая психология (методологическая рефлексия проблем развития в психологии) / Максименко С. Д. – М. : Рефлбук, К. : Ваклер, 2000. – 320 с.
6. Максименко С. Д. Психология личности (генетический подход) / Максименко С. Д. – К. : Перспектива, 2005. – 404 с.
7. Перелигіна Л. А. Концепція збереження психічного здоров'я працівників МНС / Л. А. Перелигіна, Ю. О. Приходько, Н. О. Світлична // Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць. – Вип. 8. – Харків : УЦЗУ, 2010. – С. 82–89.
8. Потапчук Є. М. Теорія та практика збереження психічного здоров'я військовослужбовців: Монографія / Є. М. Потапчук. – Хмельницький : Видавництво Національної академії ДПСУ ім. Б.Хмельницького, 2004. – 323 с.
9. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии / Рубинштейн С. Л. – М. : Педагогика, 1973. – 423 с.

УДК 159.98

Якушева Є.М., Національний аерокосмічний університет ім. М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут»

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОСВІДОМОСТІ ФАХІВЦІВ ПОЖЕЖНО-РЯТУВАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛІВ ДСНС УКРАЇНИ З РІЗНИМ РІВНЕМ КОНСТРУКТИВНОСТІ СТРАТЕГІЙ ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ

Досліджено особливості професійної самосвідомості працівників ДСНС України з різними рівнями конструктивності долаючої поведінки. Виявлено специфіку структури профе-