

УДК: 159.942:616

*Синишина В.М., здобувач Національного університету оборони України імені Івана Черняховського*

## МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ РЯТУВАЛЬНИКІВ

У статті здійснено обґрунтування методологічних підходів та інструментарію дослідження стресостійкості рятувальників. Представлено схему дослідження стійкості до професійного стресу у фахівців рятувальних підрозділів Державної служби України з надзвичайних ситуацій.

*Ключові слова:* стресостійкість, рятувальники, професійний стрес, методологія дослідження.

В статье осуществлено обоснование методологических подходов и инструментария исследования стрессоустойчивости спасателей. Представлена схема исследования устойчивости к профессиональному стрессу у специалистов спасательных подразделений Государственной службы Украины по чрезвычайным ситуациям.

*Ключевые слова:* стрессоустойчивость, спасатели, профессиональный стресс, методология исследования.

**Постановка проблеми.** З інтенсивним розвитком інтеграційних процесів у сучасному суспільстві, активним розвитком науки і техніки та збільшенням, у зв'язку з цим кількості надзвичайних ситуацій, постає питання пошуку нових, більш ефективних підходів до формування стійкості негативного впливу чинників професійного стресу на фахівців рятувальних підрозділів. Відповідно проблема формування психологічної стійкості фахівців до професійного стресу вбачається нам актуальною і потребує поглибленого вивчення.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Актуальність дослідження негативного впливу професійного стресу на психіку фахівців ризиконебезпечних професій є однією з провідних в рамках психології діяльності в особливих умовах, організаційної психології, психології праці, екстремальної та кризової психології. І хоча питання психологічного забезпечення готовності фахівця до виконання завдань у складних та екстремальних умовах життєдіяльності на сьогодні має досить пророблені теоретичні основи і практичні результати, завдяки дослідженням В. Бодрова, Р. Грановської, Г. Зараківського, М. Корольчука, П. Корчемного, С. Лебедевої, Б. Ломова, О. Назарова, В. Марищука, В. Машкова, В. Пономаренка, Я. Подоляка, В. Пухова, В. Рибнікова, В. Садкового, С. Яковенка і багатьох інших авторів, її не можна вважати повністю вирішеною [7].

В останні роки дослідженню негативного впливу професійного стресу на психіку фахівця були присвячені праці вітчизняних вчених: В. Корольчук, К. Кім, В. Лефтерова, В. Медведєва, С. Миронця, В. Осьодло, О. Сафіна, О. Тімченка, С. Яковенка, Л. Перелигіної, А. Побідаша, М. Хвороста, та ін.).

Водночас проблема формування психологічної стійкості фахівців до професійного стресу відзначається своєю складністю, суперечливістю і недостатністю концептуальних та методологічних розробок, особливо з питань

системного підходу щодо формування зазначеного феномена у фахівців екстремального профілю, зокрема рятувальників.

Аналіз діяльності підрозділів Державної служби України з надзвичайних ситуацій вказує на те, що рятувальники постійно пов'язані з дією негативних чинників травматичного стресу в процесі напруженої праці. У більшості випадків стрес-чинники професійного середовища рятувальників провокують ускладнення у професійній діяльності фахівців, через хронічні психічні перевантаження, небезпеки й часте виникнення непередбачених надзвичайних ситуацій, високий ступінь відповідальності за якісне виконання поставлених завдань, реальні загрози для власного життя та здоров'я, тривале емоційне напруження тощо.

Важливість і гострота зазначеної проблеми, її постійне видозмінення, недостатнє теоретичне обґрунтування та практичне спрямування лише підтверджують актуальність проблеми нашого дослідження.

У нашій статті ми ставили за мету обґрунтувати методологічну схему дослідження стресостійкості рятувальників. Відповідно мета статті полягає в тому, щоб сформувати методологічну схему дослідження психологічної стійкості фахівців рятувальних підрозділів до негативних чинників професійного стресу, їх структурну будову та системну організацію його компонентів, з метою ефективного формування механізмів стресостійкості фахівців у процесі їхнього професіогенезу.

**Виклад основного матеріалу.** Методологічні аспекти будь-якого дослідження є важливим моментом його організації, здійснення й інтерпретації отриманих результатів. Методологія спирається на закони функціонування широкої об'єктивної реальності, додає йому цілісного характеру, входить в організоване смислове поле наукових категорій, які використовувалися, пов'язаних воедино теоретичних положень і практичних методів дослідження, обробки й інтерпретації результатів, доводить правомірність вибраної стратегії та її адекватність властивостям об'єкта [1].

В. Корольчук (2007), формуючи загальну методологічну схему дослідження стресостійкості особистості професіонала зазначає: «методологія з позиції сучасної науки охоплює щонайменше три рівні аналізу. *Перший рівень* – це загальна методологія, або методологія наукового дослідження, що репрезентує собою філософський підхід до явищ дійсності. *Другий рівень* методології можна визначити як системно-структурні методологічні розробки окремої наукової дисципліни, що являють собою реалізацію загальнофілософських принципів при дослідженні специфічного предмета. *Третій рівень* методології – сукупність конкретних методів (способів отримання емпіричних даних) дослідження, що становлять важливу суттєву частину будь-якої системи наукового знання».

Застосування методів будь-якого дослідження має базуватися на відповідних наукових принципах. У нашому випадку мова йтиме про найважливіший принцип психологічного дослідження, який полягає у відображенні об'єктивної істини, перевірці закономірностей, що засвоюються на практиці, суворой об'єктивності при вивченні психічної реальності у процесі життєдіяльності суб'єкта [2, С. 194].

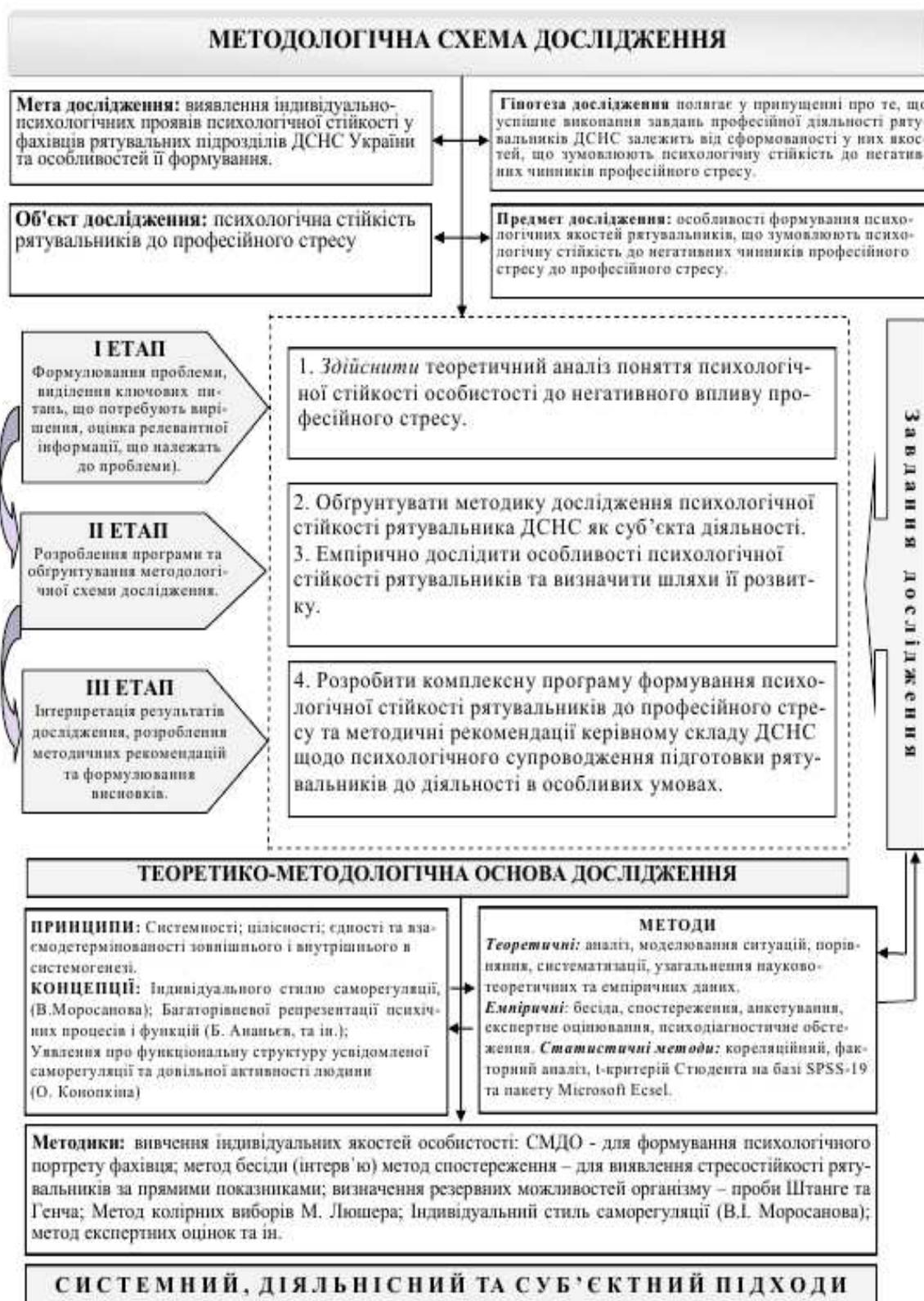


Рис. 1. Методологічна схема дослідження (розроблено автором особисто)

У такому контексті доцільно розглянути й ті вимоги, що стосуються методів дослідження психічних явищ. С. Максименко вказує на необхідність дотримуватися таких основних вимог: психічні явища необхідно вивчати в їх розвитку, взаємозв'язку і взаємозалежності; метод психологічного дослідження повинен бути адекватним предмету дослідження, розкривати суттєві, а не випадкові, другорядні особливості психічного процесу, стану чи якості, що досліджуються [4, С. 8].

Щедровицький Г. П. (2004) зазначає, що методологія як надпредметна структура охоплює як предмети, так і різноманітні практики, й відтак передбачає не одне якесь відношення до них, а масу різних відношень – не тільки дослідницьке, але й конструктивне, проектне, рефлексивне, організаційне та ін. [5, С. 30].

Отже, формуючи план нашого дослідження, ми вважали за необхідне здійснення системного підходу до аналізу проблеми суб'єкта діяльності. Такий підхід спрямовує дослідження на розкриття цілісності суб'єкта, що знаходиться на етапі зрілості, коли його особистісні та суб'єктні характеристики вивчаються в єдності, в усіх взаємозв'язках і опосередкуваннях, в інтересах досягнення вищих рівнів, на виявлення багатомірності взаємозв'язків і зведення їх в єдину концептуальну схему.

З позиції другого рівня методологічного аналізу вважається необхідним обґрунтування вибору методологічних передумов дослідження з урахуванням його інтегративного характеру, що проводиться на межі психофізіології і теорії стресу [1, С. 61].

Програма дослідження базувалася на загальноприйнятих методологічних законах та самому визначенні поняття "методологія".

*Методологія* – це концептуальний виклад мети, змісту, методів дослідження, які забезпечують отримання максимально об'єктивної, точної, систематизованої інформації про процес явища [3, С. 36].

Формуючи схему нашого наукового пошуку, ми виходили з того, що від чіткого визначення методологічної основи дослідження значною мірою залежить успішне розв'язання поставлених мети і завдань (рис. 1). Методологічна схема дослідження стресостійкості рятувальників.

У вступі, відповідно до висунутої гіпотези, ми сформувавши мету, об'єкт, предмет та основні завдання дослідження. Також були обґрунтовані принципи та методи.

Дослідження особливостей формування психологічної стійкості рятувальників Державної служби України з надзвичайних ситуацій (ДСНС) здійснювалося під час виконання службових обов'язків, проходження навчання з підвищення кваліфікації фахівців та проведення планових навчань.

Процедура дослідження складалась з трьох етапів в період з 2009 по 2013 рр.

*Перший етап* дослідження (2009–2010 р. р.) – здійснено теоретико-методологічний аналіз підходів та змісту та структури психологічної стійкості особистості до негативного впливу професійного стресу й узагальнено стан розробки висунутої до розв'язання проблеми.

Визначено особливості впливу професійного стресу на функціональний стан фахівців відповідно до категорії та виду надзвичайної ситуації. Сформовано підґрунтя для розроблення методологічної схеми дослідження, визначено принцип та методологічні підходи до розв'язання поставлених завдань, а саме: розроблено програму дослідження; визначено основні підходи, яких ми дотримувалися у процесі розв'язання поставлених завдань, а саме:

*системний підхід* – забезпечив можливість розробити цілісну інтеграційну модель, виявити основні функції, елементи, компоненти, їх зв'язки і відношення, системоутворюючі фактори та умови функціонування у статичному і динамічному аспектах. Взаємозв'язок фактів і явищ процесу формування професійної стійкості фахівців у процесі професіогенезу, виявлення взаємодії ситуацій, компонентів навчання і формування професійної навички об'єктивно вимагає всебічного аналізу всієї системи. Дотримуючись саме системного підходу, ми базувалися на тому, що аналітичну діяльність керівних структур, психологів та командирів, що забезпечують у системі підготовки рятувальників та під час діяльності формування такого утворення, як стійкість до професійного стресу, потрібно конструювати як динамічну систему.

На наше переконання, формування у рятувальників системного мислення сприяє вмінню варіативно будувати і коригувати професійну діяльність, віднаходити оптимальні поєднання педагогічних засобів, форм і методів роботи. Системний самоаналіз навчально-виховного процесу у професіогенезі рятувальників ми визначаємо як основу регулювання власної самоосвіти та самовдосконалення фахівця, який збільшує доцільність професійних дій, зменшує елемент стихійності.

*Діяльнісний підхід* ґрунтується на врахуванні єдності підсистем теорії і практики, які функціонують у нероздільній цілісності, взаємозв'язках і взаємовпливах. Професійно-індивідуальні якості того хто навчає позначаються на організації навчально-пізнавальної діяльності того хто навчається і результатах педагогічної діяльності, нормативних вимогах до роботи, формуючи її своєрідність і неповторність. Здійснення системи підготовки (діяльності) забезпечує розвиток особистісних рис і якостей як того хто навчає так і тих хто навчається, впливає на формування їхніх ставлень, інтересів, ціннісних орієнтацій, професійних позицій тощо.

У психології поняття «діяльнісний підхід» найчастіше використовують у двох значеннях. У широкому сенсі воно означає методологічний напрям досліджень, в основу яких покладено категорію предметної діяльності. У розвитку цього напрямку найпомітнішими є наукові доробки російських, українських та зарубіжних дослідників (Л. Виготського, С. Рубінштейна, Б. Ломова (1927–1989), Г. Костюка, П. Зінченка, Анрі Валлона (1879–1962) та ін.).

У вузькому сенсі цей термін вживає О. Леонтьєв, який розглядає психологію як науку про виникнення, функціонування і структуру психічного відображення в процесах діяльності людей. На його думку, через аналіз системи видів діяльності, у яких бере участь людина як суспільна істота, можна розкрити таке системне утворення, як особистість.

*Суб'єктний підхід* – поняття "суб'єктність" відображає, перш за все, авторський характер активності людини як суб'єкта і розкривається у таких те-

рмінах як «вільний», «самостійний», «авторський», «творчий», «оригінальний». Суб'єкт розглядався вченими як результат інтеріоризації суспільного досвіду (Л. Виготський, О. Леонт'єв), як автор власного життєвого шляху, що характеризується передусім власною активністю у засвоєнні (або, точніше "оволодінні") життєвим середовищем (С. Рубінштейн, А. Брушлінський, К. А. Абульханова-Славська), як свідомий діяч, чия активність спрямована на пізнання оточуючого світу (О. Леонт'єв, С. Смірнов) [1, С. 61].

Суб'єкт може виступати як спосіб розуміння людиною самої себе в одному з екзистенційних модусів і пов'язаний із поняттям „автор”. Цей термін, на думку Г. Ложкіна, висвітлює людину не стільки в ролі виконавця, скільки як пристрасного „сценариста” своїх дій, якому притаманна активна позиція і цілеспрямованість [6, С. 97]. І саме активність особистості є ціннісним способом моделювання, структурування і здійснення особистістю діяльності, спілкування й поведінки, при якому вона набуває якості більш автономно, цілісно й успішно функціонуючої системи в міжособистісному просторі. Потрібно враховувати також думку С. Смірнова про те, що сам суб'єкт як джерело активного початку діяльності формується як результат попередніх його дій і взаємодій зі світом, іншими людьми і самим собою [7].

Також у ході реалізації першого етапу було здійснено обґрунтування концептуальних основ, на яких базувався експеримент та експериментальна база дослідження, зокрема концепції: індивідуального стилю саморегуляції (В. Моросанової, 2001); багаторівневої репрезентації психічних процесів і функцій (Б. Ананьєва); уявлень про функціональну структуру усвідомленої саморегуляції та довільної активності людини (О. Конопкіна) та ін.

Здійснено обґрунтування методів та методик дослідження. Аналіз літературних джерел за проблемою дослідження, власні спостереження в процесі обстеження дали змогу перейти до емпіричного дослідження різних категорій рятувальників.

*Другий етап* (2010–2011 р. р.) передбачав розроблення програми та методологічної схеми дослідження. Також було висунуто остаточну гіпотезу, здійснено уточнення та корегування мети, визначено об'єкт та предмет дослідження, сформульовано задачі щодо розв'язання наукових завдань дослідження та уточнено етапи їх реалізації. Здійснено порівняльний аналіз законодавчої та нормативно-правової бази з питань психологічного забезпечення професійної діяльності, психологічної підготовки та психологічного супроводу діяльності фахівців екстремальних професій, зокрема рятувальників ДСНС, де уточнено структурні компоненти формування у рятувальників психологічної стійкості до професійного стресу відповідно до класу НС.

Розроблено "Комплексну програму формування психологічної стійкості до професійного стресу та корекції негативних психічних станів у рятувальників" (далі "Комплексна програма").

Здійснено обґрунтування методів та методик дослідження та опис психодіагностичного інструментарію. Для реалізації завдань дослідження були сформовані групи досліджуваних (рятувальників). Загальна кількість фахівців, що були залучені до експерименту становила 175 осіб. (контрольна (КГ) та експериментальна (ЕГ) групи).

Середній вік обстежуваних складав  $28,0 \pm 5,0$  роки, стаж служби в ДСНС –  $5,5 \pm 3,5$  року, у тому числі ті, що прослужили менше 2-х років близько 15 %, від 2-х до 5 років – близько 72 %, більше 5 років – 13 %. Більше 90% обстежених мали середню спеціальну освіту. Результати попереднього опитування показали, що всі рятувальники мали досвід практичної діяльності з ліквідації надзвичайних ситуацій. Із них у 83%, заявили про наявність у своїй практиці негативного, досвіду пов'язаного з переживанням гострого травматичного стресу під час службової діяльності. Найпоширенішими з них були:

наявність та переживання особистих помилок, які супроводжувалися подальшою невпевненістю в собі в процесі професійного зростання – 72 %;

активна рефлексія після бойових виїздів (порушення сну, мимовільне повернення до ситуації НС, відчуття сорому перед товаришами пов'язаної з наявністю загиблих та травмованих за ситуації, що з вини рятувальника призводили до помилкових дій, що були на межі травмування себе та оточення – 68 %;

патові ситуації в екстремальних умовах НС через нестандартність події та відсутність досвіду щодо її розв'язання під негативним впливом стрес-факторів професійного середовища (погана видимість, відсутність повної інформації про ситуацію всередині осередку НС тощо);

84 % рятувальників заявили, що найбільш дієвим чинником психоемоційного розвантаження та зняття стресу для них є вживання алкоголю; 63 % вживання алкоголю поєднують з палінням; 40 % рятувальників, не відмовляючись від шкідливих звичок, використовують у своєму арсеналі заходів психоемоційного розвантаження активний відпочинок, відвідування сауни; лише 26 % із числа опитаних заявили про повну відмову від вживання алкоголю, або його епізодичність під час свят тощо. 18 % заявили, про те, що відмовилися від паління, через усвідомлення на практичному досвіді шкоди для фізичного здоров'я і професійного зростання.

*Третій етап (2011 – 2013 рр.)* був присвячений обробці та інтерпретації отриманих у ході експерименту результатів та статистичних даних дослідження, що були отримані в ході експерименту із застосування та апробації розробленої нами "Комплексної програми формування психологічної стійкості до професійного стресу та корекції негативних психічних станів рятувальників".

За результатами експерименту, з метою виявлення ефективності застосування "Комплексної програми", нами були сформовані висновки та Методичні рекомендації керівному складу та психологам з питань комплексного забезпечення психологічної стійкості рятувальників та попередження негативних впливів професійного стресу на психіку та функціональний стан рятувальників.

Для перевірки статистичних гіпотез щодо різниці середніх показників при аналізі кількісних даних, які мають нормальний закон розподілу і невідомі дисперсії, використовують  $t$  – критерій Стюдента.

Визначення виду розподілу кожної із досліджуваних характеристик, нашого дослідження, встановлювалося шляхом перевірки відповідності отриманого у результаті проведеного дослідження емпіричного розподілу нормальному закону із залученням критеріїв асиметрії ( $t_A$ ) та ексцесу ( $t_E$ ). Якщо

отримані розрахункові значення критеріїв  $t_A$  і  $t_E$  не перевищували 3, то розподіл вважався таким, що не відрізняється від нормального, та у свою чергу дозволяв нам використовувати вищезгаданий математичний метод описової статистики.

Висновки. Таким чином, підсумовуючи зазначене, слід сказати, що сформована нами методологічна схема дослідження дозволила всебічно, ґрунтуючись на відповідних принципах, наукових концепціях та підходах сформулювати мету та завдання дослідження, здійснити перевірку висунутої гіпотези та здійснити апробацію "Комплексної програму формування психологічної стійкості до професійного стресу та корекції негативних психічних станів у рятувальників" в процесі професіогенезу та розробити "Методичні рекомендації керівному складу та психологам з питань комплексного психологічного забезпечення формування психологічної стійкості рятувальників та попередження негативних впливів стресу" на психіку та функціональний стан фахівців в процесі професіогенезу.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості : [монографія] / Крайнюк В. М. – К. : Ніка–Центр, 2007. – С. 60.
2. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания / Ананьев Б. Г. – СПб. : Питер, 2001. – С. 194.
3. Шейко В. М. Організація та методика науково-дослідницької діяльності : [підручник] / В. М. Шейко, Н. М. Кушнарченко. – 7-ме вид., стер. – К. : Знання, 2011. – С. 36.
4. Максименко С. Д. Методи дослідження особистості / С. Д. Максименко // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – №7. С. 8.
5. Щедровицький Г. П. Методологічна організація системно-структурних досліджень і розробок / Г. П. Щедровицький // Психологія і суспільство. – 2004. – № 2. – С. 30.
6. Ложкін Г. В. Психологічне супроводження військовослужбовців в діяльності за екстремальних умов / Ложкін Г. В. – К. : МАУП, 2003. – 218 с.
7. Миронець С. М. Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації : [монографія] / С. М. Миронець, О. В. Тімченко. – К. : ТОВ Видавництво «Консультант», 2008. – 232 с.

#### УДК 159.923

*Склярєнко О.М., старший викладач Горлівського інституту іноземних мов ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», Україна*

### ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ ПРАЦІВНИКІВ ОРГАНІЗАЦІЙ ЕКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФІЛЮ

У статті проаналізовано сучасні наукові дослідження особистісного і професійного розвитку фахівців екстремального профілю. Представлені результати емпіричного дослідження особистісних та професійних якостей у персоналу організацій державної служби надзвичайних ситуацій та органів внутрішніх справ.