

УДК 316.48

Кучеренко С.М, к. психол. н., доцент, декан машинобудівного факультету, Українська інженерно-педагогічна академія

УРАХУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ В КОМПЛЕКСНОМУ ПІДХОДІ ДО ВИЗНАЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

У статті подано аналіз структури психологічної готовності людини до певної діяльності, визначення критеріїв, умов, які визначають тривалість і стійкість проявів, динаміку психологічної готовності особистості. А також визначається необхідність урахування емоційної складової праці.

Ключові слова: професіоналізація, діяльність, психологічна готовність.

Актуальність теми. Для успішної підготовки спеціаліста потрібен психологічний аналіз професійної діяльності, її структури і функцій у співвідношенні з мотиваційною сферою особистості. При цьому особлива увага звертається на те, що структуру психологічної готовності необхідно розглядати в зіставленні з тим, яку діяльність буде здійснювати людина - виконавчу або творчу. Системно-діяльнісний підхід до вивчення індивідуальності визначає те, що аналіз професійної діяльності людини складається з виділення дій і операцій, що входять до її структури, виявлення динаміки діяльності, визначення засобів контролю діяльності, певної мотивації. Об'єктом аналізу є індивідуальні стилі діяльності, що віддзеркалюються в різноманітній організації і послідовності виконання дій і операцій. Визначення психологічної готовності людини до виконання професійних дій базується на уявленнях про властивості, якості, риси особистості, сукупності індивідуальних особливостей. Індивідуальні особливості особистості зумовлюють стиль діяльності. Подібний підхід дозволяє обґрунтовано вибрати методи визначення психологічної готовності людини до роботи в умовах реального виробництва.

Розкриття проблеми психологічної готовності людини до

праці потребує визначення того: як виникають і розвиваються професійні наміри, як вони реалізуються в діяльності, які чинники їх визначають. Дуже важливою є мотивація професійної діяльності особистості, яка спонукається декількома мотивами, що складають певну структуру. У процесі освоєння діяльності структура мотивів змінюється, що обумовлює динаміку професійної спрямованості. Виявлення особливостей мотиваційної сфери особистості як у професійній діяльності, так і поза нею, дозволяє визначити, наскільки психологічно готова людина виконувати професійні функції на підприємстві, а також створювати ситуацію контрольованого розвитку особистості.

Такі психологічні критерії, як рівень розвитку професійно значущих якостей особистості, психологічний комфорт є одними з основних у процесі професійної адаптації особистості на виробництві. Результати адаптації залежать від рівня психологічної готовності до виконуваних завдань, мотивації поведінки людини. Процес адаптації може бути прискорений за рахунок ознайомлення людини з можливими ситуаціями майбутніх дій, активізації суспільних мотивів поведінки, формування знань, умінь і навичок, яких спочатку бракує, високої активності пізнавальних процесів.

Виклад основного матеріалу. У визначенні психологічної готовності людини відіграє величезну роль урахування індивідуальних стилів професійної діяльності, що потребує застосування різноманітних критеріїв успішності діяльності, а відповідно і різноманітних методик їх визначення. При цьому необхідно враховувати динамічність критеріїв, пов'язану зі змінами в психофізіологічній і психологічній структурі діяльності як у процесі навчання, так і при набутті професійного досвіду. Отже, визначення психологічної готовності особистості до професійної діяльності в різні періоди навчання і безпосередньо у діяльності здійснюється за допомогою різноманітних методик.

Психологічна готовність допомагає людині найбільш раціонально використовувати свої можливості, особистісні якості, уміння і навички при виконанні професійних функцій, вноси-

ти необхідні зміни у свою діяльність, із метою підвищення її ефективності. Тому актуальним є аналіз структури психологічної готовності людини до певної діяльності, визначення критеріїв, умов, які визначають тривалість і стійкість проявів, динаміку психологічної готовності особистості.

Результатом такого аналізу є створення професіограми відповідної діяльності. У ній відбивається психофізіологічна характеристика діяльності, описуються професійно важливі якості людини, дається характеристика організації й умов праці, опис самої діяльності, вимоги до загальної та спеціальної підготовки, необхідної для здійснення даної діяльності. На основі проведеного аналізу розробляється структура психологічної готовності особистості до професійної діяльності.

Одним із важливих показників психологічної готовності людини до професійної діяльності є рівень її емоційного стану. Емоції, що виникають у процесі здійснення професійної діяльності, значно впливають на якість виконуваних людиною дій. В основному всі технологічні процеси, як у виробничій, так і в учбово-виховній діяльності, розраховані на спокійного, урівноваженого спеціаліста. Проте, вивчення безпосередньої практичної діяльності показує, що існує значна кількість питань, пов'язаних із вирішенням складних виробничих завдань, здійснення яких покладається на людину без урахування її емоційної стійкості.

Емоційні прояви відрізняються величезною різноманітністю у процесі трудової діяльності. Так, на початку виконання професійних функцій спостерігається збудження і напруга, що в умовах нормальної, стійкої роботи можуть замінитися стомленням, переживанням нудьги; за швидкою ж протікання виробничого процесу переживань нудьги не виникає. У операторів верстатів із числовим програмним управлінням стан монотонності може виникнути тільки за достатньо надійної роботи устаткування. При частих неполадках у системі, під час збою у програмному забезпеченні технологічного процесу, оператору увесь час необхідно взаємодія з персоналом, що здійснюють безперебійну роботу верстатів. У водіїв автотранспорту, що виконують

тривалі рейси, при поверненні додому відзначається збільшення позитивних емоцій, що перекривають виникле стомлення і дозволяють благополучно закінчити рейс.

Як у вітчизняній, так і в зарубіжній літературі мало робіт, спрямованих на вивчення емоційних станів персоналу. В основному це роботи американських і вітчизняних психологів, що досліджують професійну діяльність льотчиків, авіадиспетчерів, підводників. Досліджень же, спрямованих на вивчення особливостей емоційної сфери праці педагогів, водіїв, робітників різноманітних фахів та інших спеціалістів, украй незначна кількість. Можливо, це пов'язано з тим, що вивчення емоційних проявів людини безпосередньо на робочому місці вимагає добрих знань технології протікання трудового процесу, що не завжди і не в повному обсязі є у практичних психологів, що вивчають різноманітні сфери діяльності особистості.

Аналіз наявного фактичного матеріалу вивчення фахової діяльності спеціалістів різноманітного профілю показує, що у складних ситуаціях виникають усі відомі прояви емоційної сфери особистості: емоційні стани, ситуативні емоції, почуття, настрої, афекти. Так, наприклад, у стані афекту можна виділити наступні дві складові. Афект виникає при несподіваному впливі або швидкому розвитку події і являється відповіддю не на усі її етапи, а лише на той, що безпосередньо містить визначений подразник і, отже, виникає тільки за певних умов. Афект може зберігатися тривалий час, тобто володіти певною стійкістю, тому що в результаті виникнення певної екстремальної ситуації він характеризується сильним переживанням. І в той же час, якщо переживання є помірним, виконує корисну функцію, забезпечуючи контроль і готовність діяти у складній ситуації, вони несуть у собі характер, що мобілізує. Численні приклади виникнення подібного стану можна привести з професійної діяльності педагогів і інших спеціалістів.

Позаситуативні переживання стійко пов'язані з певними подіями, що відбуваються в умовах реальної діяльності і, отже, є почуттями, що формуються протягом трудового процесу. У ході

даного процесу відбувається зміна свідомості, мислення особистості, засвоюються нові знання, формуються навички. При підготовці людини до фахової діяльності необхідно інтегрувати воедино не тільки мовні, рухові і когнітивні складові, але й емоційні компоненти, що є невід'ємною ланкою у структурі професійних функцій спеціаліста.

Проведені спостереження показують, що в людей, що працюють у складних умовах внаслідок усвідомлення певних труднощів, є наявною постійна готовність до дій, яка не завжди усвідомлюється. Дана висока готовність до здійснення необхідних функцій і є однією з необхідних умов надійності людини при виконанні професійної діяльності.

Різноманітні види відмов, аварій, інші несподіванки і непередбачені обставини виникають у процесі трудової діяльності людини, і здатність бути готовою до швидких дій у даних ситуаціях є однією з умов адаптації людини до складних умов праці. Психологічний стан особистості буде стійким, якщо вона має впевненість у надійності експлуатованих технічних систем, необхідні знання, вміння і навички дії в екстремальних умовах. Проведений психологічний аналіз показав, що добре підготовлені професіонали не розглядають виникаючі складності як щось непоправне і ставляться до них як до ситуацій, що піддаються виправленню. Вони можуть швидко перебудовувати психічну діяльність під час виниклої емоційної напруги, що пред'являє високі вимоги до нервових процесів, емоційно-вольової сфери особистості. При виникненні непередбачених різноманітних обставин у них активізуються психічні процеси, виникають емоції стеничного характеру як відповідь на виниклу небезпечну ситуацію. Стеничні емоції посилюють вольову активність людини, підвищують її можливості при виконанні складних фахових дій, на відміну від астеничних, які знижують організацію діяльності, активності, викликають ослаблення волі. Професіонал же високого рівня повинен уміти витиснути зі своєї психіки страх перед можливою невдачею при виконанні трудових дій, бути готовим виконувати певні з них на автоматичному рівні без урахування виниклої небезпеки, для досягнення поставленої

мети – оптимального виходу зі складної ситуації. Готовність до виконання професійних функцій у складних умовах, активізація процесів мислення, пам'яті багато в чому обумовлені любов'ю людини до своєї професії, цілеспрямованістю при здійсненні трудових дій, що викликає в неї стан радості і задоволення.

Виникаючі стенічні емоції показують наявність в особистості певних установок, моральних якостей, уміння зібратися і діяти адекватно умовам, що змінюються, грамотно реалізовувати прийняті рішення. Проте при підготовці людини до фахової діяльності не можна переоцінювати роль емоційно-вольової сфери, тому що навантаження, що лягає на психіку людини, може викликати нестійкість психічної діяльності. Постійна напруга, викликана здійсненням професійної діяльності людиною, може викликати як стани тривожності, так і розвиток неврозу або психозу.

Проведені дослідження показують, що далеко не кожна людина може продуктивно працювати у складних трудових ситуаціях. У одних навіть незначні, короточасні труднощі викликають порушення психічних функцій, в інших же вони виникають лише при тривалому впливі особливо сильних стресових чинників. Емоційна нестійкість може виникнути й у людей, діяльність яких не викликає значних психічних напруг. Психічна нестійкість може бути викликана різноманітними порушеннями в режимі праці і відпочинку людини, різноманітними потрясіннями, що заподіюють травму психіці і та інші.

Особливо виразно емоційна нестійкість виявляється в екстремальних умовах. Прояви даного стану можуть набувати найрізноманітніших форм. Так, може відбуватися уповільнення розумових процесів, проявлятися утруднене прийняття рішень, пов'язаних із певними судженнями й умовиводами, з'являтися метушливість у діях, прискорення серцебиття, переривчастий подих, заціпеніння, порушення сприйняття часу, виникати розгубленість, яка викликає помилкові дії, що збільшують складну ситуацію. Виконання професійних функцій набуває одноманіт-

ного характеру, дії можуть повторюватися значну кількість разів без переходу на більш високий якісний рівень.

Окремі експерименти показали, що мовний чинник має величезне значення для виникнення емоційної нестійкості. Так, розпорядження, віддане в різкій формі, може викликати розгубленість у людини і змусити учинити помилку у фахових діях. На ранніх етапах підготовки відповіді словесна уява може виступати в ролі підтримки, але коли відповідь уже сформована, уведення словесної перешкоди може загальмувати психічну діяльність людини, викликати неясність свідомості, емоційну напруженість.

Дослідження показують, що рівень емоційної стійкості пов'язаний з індивідуальними особливостями нервової системи, люди, в яких переважає процес гальмування над процесом збудження або в котрих немає достатньо сильного процесу збудження, не зможуть себе проявити у складних умовах адекватно подіям, що відбуваються. На виникнення емоційної напруженості значний вплив справляють порушення в режимі сону і пильнування людини, перевтома, невирішені конфліктні ситуації. Отже, індивідуально-психологічні особливості особистості, функціональні психофізіологічні стани визначають особливості емоційної стійкості людини під час діяльності у складних трудових умовах. А несприятливі обставини можуть призвести до значних психічних порушень, аж до захворювання.

При виконанні професійних функцій у складних умовах в організмі людини відбуваються певні зміни, що змушують жертвувати деякими функціями для збереження найбільш важливих. Можливі деякі варіанти: збереження високого рівня адаптації до сформованих умов за одночасної втрати функцій, менш важливих для зберігання життєздатності організму; порушення високого рівня адаптації з переходом на більш низький; сполучення першого і другого варіантів.

Аналіз проведених психологічних експериментів дозволяє говорити про те, що рівень емоційної стійкості залежить багато в чому від можливостей адаптації особистості на всіх етапах виниклої екстремальної ситуації, які у свою чергу визначаються

якістю фахової підготовки до діяльності в реальних умовах. У процесі навчання людина одержує знання, що дозволяють їй усвідомити особливості можливих складних ситуацій, які створюються в її професійній діяльності, опановує необхідними навичками.

Фахівець повинен бути підготовлений до того моменту, коли стандартні умови трудової діяльності можуть зазнати змін і професійні дії потрібно буде здійснювати у складних, а можливо й екстремальних ситуаціях. Чим ближче гадана позаштатна ситуація, тим більше у людини різноманітних переживань, може виникати уповільнення перебігу часу, порушувати сон, відбувається розумове програвання необхідних дій при виникненні складних моментів, передбачення можливих наслідків, що викликає сильну психічну напруженість у людини. Особливий вплив на рівень психічної напруженості справляє інформаційна невизначеність особистості. В умовах недостатності необхідної інформації у людини виникають негативні емоції.

Так само особистість відчуває утруднення в розумінні того, що відбувається, викликане неправильною оцінкою тимчасових інтервалів виконуваних дій, для неї характерна неадекватність сприйняття навколишньої дійсності, порушується логічність і послідовність мислення, з'являються помилки у виборі послідовності необхідних операцій, що створює умови для здійснення людиною дій, що не відповідають реальній ситуації.

Під час подолання непередбачених ситуацій людина, знаходячись у стані психічної напруги, вольовим зусилля придушує виникаючі емоції, одержує надлишкові зведення, усувається інформаційна невизначеність, а на завершальному етапі відбувається зняття гальмуючого впливу кори на підкірку й індуціювання в ній збудження. Створюється стан емоційного вирішення, що виражається у виникненні позитивних емоційних переживань, у підвищеній руховій активності і та інш. Якщо ж аналогічні ситуації виникають неодноразово, людина одержує повну інформацію про особливості дії в них, набуває впевненості у слушності своїх дій, що дозволяє стенизувати емоційні

реакції. На кожний із перерахованих етапів значний вплив справляє мотивація діяльності особистості, особливості досягнення поставленої мети, ціннісні орієнтації.

Висновки. З вище розглянутого очевидно, що одним із критеріїв оптимального виконання професійних функцій людиною у складних ситуаціях, тобто на етапах підготування до неї, безпосередньо здійснення певних дій, виходу із неї є її емоційна стійкість. Але, на жаль, на сьогодні у складній, багатоетапній підготовці фахівців різноманітного профілю основна увага приділяється спеціальним дисциплінам і практично не враховується емоційна складова майбутньої трудової діяльності. З комплексом емоційних впливів, пов'язаних із виникаючими складними ситуаціями, спеціаліст в основному знайомиться вже в умовах реального виконання професійних функцій, що значно ускладнює процес їхньої адаптації. Тому можна говорити про те, що завдання психологів полягає у створенні відповідних психотехнологій професійної діяльності особистості, одним з обов'язкових умов яких є визначення місця емоцій у трудовому процесі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Василюк Ф.Е. Психология переживаний. – М.,1984.
2. Додонов Б.И. В мире эмоций. – К., 1987.
3. Изард К. Психология эмоций. - СПб.,1999.
4. Лебедев В.И. Личность в экстремальных ситуациях.- М.,1989.
5. Ломов. Б.Ф. Вопросы общей, педагогической и инженерной психологии. – М., 1991.
6. Психологическая подготовка специалистов для современного производства /Под ред. А.И.Подольского – М.,1991.
7. Семиченко В.А Психология эмоций. - К.,1999.
8. Стрелков Ю.К. Инженерная и профессиональная психология.- М., 2001.