

Заключення

Служба цивільного захисту знаходиться в процесі становлення на якісно новий рівень діяльності. Психологічна служба МНС України є її невід'ємною складовою. Вищевикладені пропозиції нададуть можливість вдосконалити організаційну структуру психологічної служби, що в свою чергу сприятиме підвищенню іміджу серед інших психологічних служб, при виникненні надзвичайної ситуації дозволить надавати психологічну допомогу постраждалому населенню на європейському рівні, що сприятиме забезпеченню психологічної надійності персоналу при виконанні ним своїх професійних обов'язків.

Таким чином, за умов реалізації потенціалу психологічної служби МНС України значно зросте авторитет та імідж Служби Цивільного Захисту МНС України як в державі так і за її кордонами.

УДК 159.9.07.+159.942.

Анікеєнко М.І., викладач кафедри загальної та прикладної психології і педагогіки Навчально-наукового інституту права, економіки та соціології Харківського національного університету внутрішніх справ.

АНАЛІТИЧНИЙ ПОГЛЯД НА ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИЗНАЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ

У статті відображений змістовний аналіз проблем, пов'язаних з визначенням поняття «емоційна стійкість». Проведено теоретичний аналіз поглядів вітчизняних і закордонних психологів на предмет емоційної стійкості і її ролі в діяльності, пов'язаної з екстремальними умовами. Матеріал, що міститься у статті, допоможе більш точно визначити провідні складові емоційної стійкості, що, у свою чергу, відкриє інший погляд на формування і закріплення адекватних форм реагування в екстремальних ситуаціях, які детермінуються емоційною сферою.

Ключові слова: емоційна стійкість, емоційна збудливість, емоційна ригідність – лабільність, емоційність, емоційно-вольовий компонент, емоційно-моторний компонент, емоційно-сенсорний компонент, емоційний стан, сила емоцій, нейротизм.

Актуальність проблеми. Працівники різних професій, що виконують свої службові обов'язки в умовах підвищеного ризику для життя, постійно зіштовхуються з небезпекою. Для роботи в таких умовах потрібна підвищена увага до емоційної стійкості співробітника. Недооцінка значимості цього фактора, може виявитися однією з

основних причин високого рівня травматизму, захворювань й зниження працездатності. Значне підвищення темпу життя, соціальні й політичні трансформації, збільшення екологічних, емоційних й інформаційних навантажень надають проблематиці емоційної стійкості особливе значення. Емоційна нестійкість залишається, як і десятиліття тому, однією з головних «проблем сторіч». Для зниження рівня травматизму, а також профілактики професійних захворювань, пов'язаних зі специфікою роботи, необхідний ретельний теоретичний аналіз робіт і досягнень, що існують в області психологічного знання, пов'язаного з діагностикою, формуванням і закріпленням у співробітників, що виконують свої професійні обов'язки в екстремальних умовах, належного рівня емоційної стійкості.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Основою для вивчення проблем емоційної стійкості є праці таких вчених, як П.К.Анохіна, С.П.Бочаровой, Ф.Д.Горбової, П.Б.Зільбермана, К.І.Ізарда, В.Л.Марішука, А.Е.Ольшаннікової, І.П.Павлова, В.М.Писаренко, В.А.Пономаренко, Г.Сельє, О.А.Сиротина, А.І.Черкашина, О.А.Чернікової та інш.

Мета та завдання дослідження. Мета дослідження: визначити детермінуючі фактори й критерії емоційної стійкості в працях сучасних психологів.

Завдання дослідження:

- Провести теоретичний аналіз проблем пов'язаних з визначенням емоційної стійкості в працях вітчизняних психологів.
- Вивчити основні підходи з визначенням емоційної стійкості в працях закордонних психологів.
- Проаналізувати розбіжності в поглядах на емоційну стійкість у роботах вітчизняних і закордонних психологів.

Нестійкість емоційної сфери особистості характеризується нестабільністю емоційного стану, що проявляється в частих коливаннях настрою, підвищеній збудливості, дратівливості, недостатній саморегуляції. Розглянемо визначення емоційних властивостей в аспекті стійкості - нестійкості.

Емоційна збудливість. « Спостерігаючи за різними людьми, – за А.Ф.Лазурським, – ми бачимо, що одне почуття, що їм властиво, починає проявлятися лише в тому випадку, якщо вплив умов досягає значної інтенсивності; тільки деякі незвичайні події здатні зруйнувати їхню байдужість і привести їх до стану певного порушення. Інші,

навпаки, при будь-якому невеликому приводі спалахують, наче по-рох, хвилюються, закипають, доходять до стану захопленості або подиву й т.п.» [11].

Емоційна збудливість може проявлятися в таких особливостях поведінки, як запальність, дратівливість. Стосовно до явища запальності К. Ізард [8] вважає за необхідне ввести поняття «емоційний поріг». Людина з низьким порогом емоції гніву більш запальна й частіше перебуває в цьому стані.

А.Ф. Лазурський [11] вважає, що про емоційну збудливість можна говорити лише в тих випадках, якщо всі почуття, якими людина володіє, виникають у неї з однаковою легкістю.

При аналізі теоретичних поглядів на предмет емоційної стійкості ми можемо відзначити, що емоційна збудливість відбиває загальну збудливість нервової системи, що обумовлена рівнем активації ЦНС. Так, А.А. Коротаєвим [10], який вивчав вплив емоцій на трудові операції у учених профтехучилищ, показано, що особи зі слабкою нервовою системою (тобто легко збудливі) більш чутливі до негативних емоціогенних подразників, ніж особи із сильною нервовою системою.

Емоційна ригідність, що А.Ф. Лазурський визначав як: «той найбільший для даної людини відрізок часу, протягом якого емоція, що один раз виникла, продовжує проявлятися, незважаючи на те, що обставини змінилися й подразник припинив діяти». Емоційно ригідні відрізняються «в'язкістю» емоцій, їхньою стійкістю. Емоційна в'язкість пов'язана з фіксацією уваги й афекту на яких-небудь важливих подіях, об'єктах, психотравмуючих обставинах, на невдачах, що хвилюють індивіда. Нестійкість емоції, по А.Ф. Лазурському, проявляється в тому, що, незважаючи на її споконвічну інтенсивність, вона швидко слабшає й, зрештою, припиняється, переходить у стан спокійної байдужості. Якщо ж емоції в людині легко збудливі, то попередня емоція дуже швидко змінюється на іншу, ця інша - на третю й т.п. Відбувається швидко й різка зміна емоцій і настрою, характерна для людей істеричного складу характеру.

Емоційна лабільність властива особам з високим нейротизмом (тривожністю). Навпаки, низькому нейротизму властива емоційна ригідність [3]. Занадто виражена лабільність емоцій може ускладнювати відносини з оточуючими людьми тому, що особистість стає реактивною, імпульсивною, погано керує собою.

У структуру емоційної стійкості різні автори включають різні емоційні феномени, на що вказують Л.А. Аболін [1; 2], М.И. Дяченко,

В.А. Пономаренко [6] та ін. Так, деякі автори розглядають емоційну стійкість як «стійкість емоцій», а не функціональну стійкість людини в емоціогенних умовах. При цьому під «стійкістю емоцій» розуміються й емоційна стійкість, і стійкість емоційних станів, і відсутність схильності до частой зміни емоцій. Таким чином, в одному понятті об'єднані різні явища, які не збігаються по своєму змісту з поняттям «емоційна стійкість».

Для Т. Рібо [17], Е.А. Мілеряна [13], О.А. Чернікової [19, 20], М.А. Амінова [4] і ряду інших авторів емоційна стійкість тотожна емоційній стабільності.

Е.А. Мілерян пише, що під емоційною стійкістю треба розуміти й несприйнятливність до емоціогенних факторів (поряд зі здатністю контролювати й стримувати виникаючі астеничні емоції). М.Д. Левітін [12] зв'язує емоційну нестійкість із нестійкістю настрою, а Л. С. Славина – з «афектом неадекватності», що проявляється в підвищеній уразливості, замкнутості, упертості, негативізмі. Л.П. Баданіна, розуміючи під емоційною нестійкістю інтегративну особистісну властивість, що відбиває схильність людини до порушення емоційної рівноваги, включила до показників цієї властивості підвищену тривожність, фрустрованність, жахи, нейротизм. Деякі автори розуміють під емоційною стійкістю не емоційну нечутливість, а перевагу позитивних емоцій. Так, В.М. Писаренко [14], наприклад, розглядає емоційну стійкість як таку властивість особистості, що забезпечує стійкість стеничних емоцій й емоційного порушення під дією різних стресорів.

В інших випадках під емоційною стійкістю розуміють такий ступінь емоційного порушення, що не перевищує граничної величини й не порушує поведінки людини і навіть позитивно впливає на ефективність діяльності. Наприклад, О.А. Чернікова пише, що «емоційна стійкість спортсмена виражається не в тім, що він припиняє переживати сильні спортивні емоції, а в тім, що емоції ці досягають оптимального ступеня інтенсивності» [19]. По В.Л. Марішуку, емоційна стійкість являє собою здатність перебороти стан зайвого емоційного порушення під час виконання складної діяльності. В.А. Плахтиєнко і Ю.М. Блудов зв'язують із емоційною стійкістю надійність діяльності. На їхню думку, емоційна стійкість – це властивість темпераменту, що дозволяє надійно виконувати цільові завдання діяльності. Л. М. Аболін під емоційною стійкістю розуміє стійкість продуктивності діяльності, що здійснюється в напружених умовах [1; 2].

Емоційна стійкість – це єдність різних емоційних характеристик, які спрямовані на досягнення поставленої мети. Головним критерієм емоційної стійкості для багатьох учених є ефективність діяльності в неспецифічній для людини ситуації. Я. Рейковський [16] визначає емоційну стійкість як здатність емоційно збудженої людини зберігати певну спрямованість своїх дій, адекватне функціонування й контроль за проявом емоцій. Н. А. Амінів приписує високу емоційну стійкість тим особам, які «краще інших здійснюють контроль своїх особистих емоційних реакцій» [4].

К.К. Платонов [15] виділяє в емоційній стійкості наступні компоненти: емоційно-вольовий (ступінь вольового володіння людиною своїми емоціями), емоційно-моторний (стійкість психомоторики), емоційно-сенсорний (стійкість сенсорних вражень).

Ще один підхід до розуміння емоційної стійкості реалізує П.Б. Зільberman, що розуміє під нею «інтегративну властивість особистості, що характеризується такою взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних і мотиваційних компонентів психічної діяльності індивіда, які забезпечують оптимально успішне досягнення мети діяльності в складній емотивній ситуації» [7].

М.И. Дьяченко й В.А. Пономаренко розуміють емоційну стійкість як якість особистості й психічний стан, що забезпечує ефективне поведіння в екстремальних ситуаціях. На думку авторів, такий підхід дозволяє виявляти передумови емоційної стійкості, сховані в психічній динаміці емоцій, почуттів, переживань, а також установлювати залежність її від потреб, мотивів, волі, ступеня підготовленості суб'єкта, його інформованості й готовності до виконання тих або інших завдань [6].

З погляду Е.П. Ільїна [9], про дійсну емоційну стійкість можна говорити в тому випадку, якщо визначаються: час прояву емоційного стану при тривалій дії емоціогенного фактора, чим пізніше проявляються емоційні стани, тим вище емоційна стійкість; сила емоціогенного подразника, що викликає певний емоційний стан, чим більша повинна бути сила цього впливу, тим вище емоційна стійкість людини.

Про емоційну збудливість говорив і Б.М. Теплов, розуміючи під нею швидкість виникнення почуттів (емоцій) і їхню силу. В.С. Мерлин у темпераменті виділив дві властивості емоційності: емоційну збудливість; силу емоцій. Перша властивість означає емоційну чутливість, друга – енергетичну сторону емоції, що виникла.

Таким чином, П. Фресс, Б. М. Теплов, В.С. Мерлін відзначили в емоційності її динамічну сторону. С.П. Бочарова пропонує в широкому аспекті під емоційною стійкістю розуміти здатність управляти своїми емоціями, зберігати високу професійну працездатність, здійснювати складну або небезпечну діяльність без напруженості, незважаючи на емоціогенний вплив. Далі автор приводить більш вузьке визначення емоційної стійкості, позначаючи її як інтегративну полісистемну якість індивідуума, обумовлену змістом і взаємозв'язком його складових частин, що системно обумовлює продуктивність діяльності й адекватність поведіння в екстремальних стресових умовах [10].

У поглядах закордонних авторів на емоційну стійкість є відповідність поглядам вітчизняних психологів. Так П. Фресс [18] у якості головної характеристики емоційності виділяє емоційну нестійкість (невротичність), що характеризується чутливістю людини до емоціогенних ситуацій. Введене Р. Кеттелом поняття «афективна стійкість», під якою розуміється відсутність невротичних симптомів й іпохондричних проявів, спокій, стійкість інтересів є близькими, по суті, характеристиками даної Фрессом. Гилфорд розглядає емоційну нестійкість як легку збудливість, песимістичність, занепокоєння, схильність до змін настрою. На наш погляд, емоційна стійкість, за розумінням точки зору іноземних авторів, характеризується емоційною нечутливістю, невразливістю емоційної сфери особистості до дії емоційних подразників. У наведених характеристиках емоційної стійкості зроблений акцент на здатність контролювати емоційні реакції, що проявляється в терплячості, наполегливості, самоконтролі, витримці - все це забезпечує стійкість ефективності діяльності.

Загальні висновки. На наш погляд, не існує загальної емоційної стійкості. Для різних емоціогенних факторів стійкість буде різною. Тому коректніше було б говорити не про емоційну стійкість взагалі, а про стійкість особистості до конкретного емоціогенного фактору.

Проаналізовані нами, у даній роботі, основні теоретичні підходи у вивченні емоційної стійкості, дозволяють зробити нижче наступні висновки:

Між методологічними позиціями й науковими установками дослідників емоційної стійкості існує розбіжність у підходах до її вивчення: одні вивчають емоційну стійкість, розуміючи її як інтегральну властивість особистості (Мілерян Е.А., Марішук В.Л., Платонов К.К.), інші підкреслюють специфічність емоційної стійкості, приділяючи увагу

вивченню емоційної регуляції поведінки залежно від сили, знака, лабільності й змісту емоцій (Блудов Ю.М., Павлов І.П., Рейковський Я.), треті наголошують на вивченні вольового самоврядування як здатності переборювати зайве емоційне порушення при виконанні складної діяльності (Аболін Л.М., Чернікова О.А.), четверті бачать емоційну стійкість у резервах нервово-психічної енергії (Бочарова С.П., Марішук В.Л.).

На наш погляд, підхід до розгляду емоційної стійкості як інтегративної, полісистемної якості особистості, обумовленої змістом і взаємозв'язками їх складених компонентів, при домінуючій ролі емоційного, які обумовлюють продуктивність діяльності й адекватність поведінки в особливих та екстремальних умовах, є найбільш прийнятним, і заслуговує більш пильної уваги надалі в теоретичному розгляді й експериментально практичному вивченні.

Проведений нами теоретичний аналіз підходів до визначення емоційної стійкості дозволить більш точно позначити поняття «емоційна стійкість», визначити провідні детермінанти й методи підвищення й закріплення адекватних способів реагування в неспецифічних для організму ситуаціях, у яких істотну роль відіграє емоційна сфера людини, що дозволить, у свою чергу, знизити рівень травматизму, захворюваності й втрати працездатності при виконанні робіт в екстремальних умовах.

ЛІТЕРАТУРА

- 1.Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека: Монография. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 1987. – 262 с.
- 2.Аболин Л.М. Эмоциональная устойчивость и пути ее повышения // Вопросы психологии. – 1989. – № 4. – С. 141 – 149.
- 3.Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии: Монография. – М.: Прагма, 1993. – 175 с.
- 4.Аминов Н.А. Психофизиологические и психологические предпосылки педагогических способностей // Вопросы психологии. – 1988. - №5. – С.71-77.
- 5.Бочарова С.П., Бандурка А.М., Землянская Е.В. Психология управления: Монография. – Харьков: Фортуна-пресс, 1998. – 464 с.
- 6.Дьяченко М.И., Пономаренко В.А. О подходах к изучению эмоциональной устойчивости // Вопросы психологии, - 1990, - № 1, - С. 106 – 112.

7. Зильберман П.Б. Эмоциональная устойчивость оператора. Очерк психологии труда оператора: Монография. – М.: Мир, 1974. – С.138 - 172.
8. Изард К. Психология эмоций / Пер. с англ. : Монография – СПб.: Питер, 1999. – 464 с.
9. Ильин Е.П. Эмоции и чувства: Монография. – СПб.: Питер, 2001. – 752 с.
10. Коротаев А.А. Психологические различия во влиянии эмоций при скоростном стрессе в лабораторной модели некоторых трудовых операций // Новые исследования в психологии и возрастной физиологии. – М., 1970, - №1. – С. 157–162.
11. Лазурский А.Ф. Очерк науки о характерах: Монография. – М.: Наука, 1995. – 207 с.
12. Левитов Н.Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги // Вопросы психологии – 1969. – № 1. – С. 131 – 138.
13. Милерян Е.А. Эмоционально-волевые компоненты надежности оператора. Очерки психологии труда оператора: Монография. – М.: Наука, 1974, - 158 с.
14. Писаренко В.М. Роль психики в обеспечении эмоциональной устойчивости человека // Психологический журнал. – 1986. – Т. 7. – № 1. – С. 24 – 29.
15. Платонов К.К., Шварц Л.М. Очерки психологии для лётчиков: Монография. – М.: Экзамен, 1948. – 191с.
16. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций / Пер. с польск. – М.: Прогресс, 1979. – 392 с.
17. Рибо Т. Болезни личности. Опыт исследования творческого воображения. Психология чувств: Монография. – Минск: Харвест, 2002. – 784 с.
18. Фресс П. Эмоции. Экспериментальная психология / Пер. с франц. – М.: Прогресс, 1975, Вып.V. - С. 111 – 195.
19. Черникова О.А. Исследование эмоциональной устойчивости, как важнейшего показателя психологической подготовленности спортсмена к соревнованиям // Психологические вопросы спортивной тренировки. – М.: Мир, 1967. – С. 3 - 13.
20. Черникова О.А. Соперничество, риск, самообладание в спорте. – М.: Физкультура и спорт. 1980. – 104 с.