

16. Телічкін А.А. Психологічна адаптація співробітників поліції до несення служби у в миротворчій місії: Автореф. дис... канд. психол. наук. – Харків, 1998. – 17 с.

17. Шадриков В. Д. Проблемы системогинеза профессиональной деятельности. - М., 1982. - 185 с.

УДК 159.91

Склень О.І., старший науковий співробітник НДЛ екстремальної та кризової психології УЦЗУ

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК САМООЦІНКИ ОСОБИСТОСТІ ТА ТИПУ ЇЇ ПОВЕДІНКИ У СТРЕСОВІЙ СИТУАЦІЇ

Статтю присвячено визначенню взаємозв'язку самооцінки особистості та типу її поведінки у стресовій ситуації.

Ключові слова: самооцінка, копінг-поведінка, стрес.

Актуальність статті. Невід'ємною частиною життєдіяльності людини в сучасних умовах є несприятливі екологічні, соціальні, професійні та інші фактори, що періодично виникають та викликають негативні переживання, нервово-психічну напругу, а також фізичні і психічні перенавантаження. Особливе місце серед зазначених факторів займають різного роду катастрофи, аварії та великомасштабні конфлікти. Неодноразово було відмічено негативний вплив згаданих явищ, що провокує не тільки погіршення самопочуття та перенавантаження, а і розвиток психологічного стресу.

Проблема стресу стала активно вивчатися не так давно, проте вважається досить розробленою [1-6; 9-15]. Вагомий внесок в розвиток цього напрямку в психологічній науці зробили Р. Лазарус, Р. Лейтер, Г. Сельє, С. Фолкман, С. Хобфол, С. Нартова-Бочавер, Н. Наєнко, Л. Китаєв-Смик, В. Бодров, Ф. Бассін, Д. Вільсон, Л. Пергаменщик, Н. Тарабрина, О. Тімченко та ін. Слід відзначити, що і дотепер зазначене питання ще не є повністю та всебічно вивченим. Сутність стресу переважно представляється у вигляді своєрідної реакції особистості на вплив негативних зовнішніх факторів.

Як наслідок вивчення стресу стали з'являтися підходи, які розглядають особливості стрес-подолуючої поведінки або копінг-

поведінки. Концептуалізація процесів подолання є одним з найважливіших аспектів існуючих теорій стресу. Стрес-подолаюча поведінка в цілому характеризується як фактор, що стабілізує стан особистості у складних ситуаціях та допомагає їй підтримувати психосоціальну адаптацію. В рамках вивчення особливостей копінг-поведінки розглядається питання щодо ролі у процесі подолання психологічних ресурсів особистості. На сьогодні в сучасній психологічній науці практично немає об'єктивних методів вивчення рівня психологічних ресурсів для подолання стресу. Особливо слід відмітити вагу та місце психологічних ресурсів у подоланні професійного стресу, за умови урахування особливостей професійної діяльності. Вивчення особливостей психологічних ресурсів, які допомагають фахівцеві подолати професійний стрес, також дозволяє отримати інформацію стосовно підвищення рівня професійної діяльності працівників екстремального профілю.

Виклад основного матеріалу. У процесі вивчення психологічних ресурсів, що визначають особливості стрес-подолаючої поведінки, нами було проведено багаторівневе дослідження самооцінки, оскільки саме цей фактор деякою мірою відображає здатність людини до самовдосконалення, до усунення недоліків у власній діяльності, у розвитку сильних сторін своєї особистості [8]. Рівень самооцінки можна трактувати як упевненість або невпевненість особистості в собі, що відомим чином впливає на стресостійкість та на результативність професійної діяльності.

Визначення самооцінки є також дуже значущим для більш чіткого розуміння людиною своєї позиції щодо інших, особливо у сфері професійної діяльності. Дуже важливим є аспект вивчення фактора розуміння особистістю самої себе, вивчення здатності критично ставитися до невдач, адекватно оцінювати свої заслуги в успішному вирішенні якої-небудь справи та формувати стратегію саморозвитку. Відомо, що самооцінка є динамічною характеристикою у структурі особистості та має властивість мінятися під впливом багатьох факторів. У свою чергу вона впливає на здатність фахівця пожежно-рятувального підрозділу протистояти негативній дії стрес-чинників. Самооцінка – це фундамент, від якості й твердості якого залежить те, як людина буде поводитися в різних ситуаціях, як вона буде справлятися зі своїми професійними обов'язками, як буде переживати невдачі й чи зробить із цього якісь висновки, на який результат буде спрямовувати свої зусилля і чи доможеться вершин професіоналізму в цілому.

Слід відмітити, що ми виділяємо самооцінку як один з найважливіших психологічних ресурсів, що сприяють підвищенню ефективності боротьби зі стресом, тому що вона є своєрідним регулятором поведінки особистості.

Таким чином, метою нашого дослідження стало вивчення рівня самооцінки особистості як фактора, який може обумовлювати особливості її копінг-поведінки. В дослідженні взяли участь 67 працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України, які за результатами попередніх досліджень були розділені на три групи в залежності від обраного ними типу копінг-поведінки (розподіл відбувався за результатами методики «SACS» С. Хобфола). До першої групи досліджуваних з адаптивним типом копінг-поведінки увійшли 22 фахівця віком від 29 до 37 років. Стаж служби в підрозділі складає від 1 до 12 років. Другу групу склали фахівці з псевдоадаптивним типом копінг-поведінки кількістю 28 осіб, віком від 27 до 39 років. Стаж служби досліджуваних 2 групи склав від 1 до 13 років. До третьої групи увійшли фахівці-пожежні, що відрізняються дезадаптивним типом копінг-поведінки в кількості 17 осіб віком від 27 до 34 років. Стаж служби в підрозділі склав від 1 до 9 років. Для реалізації поставленої мети ми використали метод вивчення рівня самооцінки А. Будассі та провели опитування на предмет самооцінки рівня власної психологічної стійкості.

Результати проведеного опитування дозволили вивчити суб'єктивну оцінку працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України рівня своєї психологічної стійкості та опірності стресу. Оцінка проводилась за 100-бальною шкалою. Отримані дані відбито в таблиці 1.

Аналіз результатів дозволив виділити ряд достовірних розходжень. Так, дані свідчать про те, що найбільш високо власну психологічну стійкість, у порівнянні з фахівцями з адаптивним та псевдоадаптивним типами копінг-поведінки, оцінили фахівці з дезадаптивним типом стрес-подолуючої поведінки (40,06% проти 33,67% та 28,16% відповідно при $p \leq 0,05$).

Середній рівень психологічної стійкості у себе відмітили 42,51% фахівців 3 групи – результати достовірні на рівні $p \leq 0,05$ – у порівнянні з 1 групою досліджуваних (31,94%).

У виразності низького рівня психологічної стійкості та опірності стресу достовірних розходжень не знайдено, адже отримані у трьох групах оцінки майже однакові.

Таблиця 1

Самооцінка рівня психологічної стійкості працівниками пожежно-рятувальних підрозділів з різним типом копінг-поведінки

Рівні психологічної стійкості	1 гр. (%)	2 гр. (%)	3 гр. (%)	Φ^* (1, 2)	Φ^* (1, 3)	Φ^* (2, 3)
Високий (більше 70 балів)	28,16	33,67	40,06	2,04*	3,18*	1,74
Середній (30-70 балів)	42,51	38,11	31,94	1,09	2,48*	1,92
Низький (менше 30 балів)	29,33	28,22	28	0,35	1,32	1,17
* $p \leq 0,05$						

Аналізуючи отримані результати, відмітимо, що вони склали дещо парадоксальну та не зовсім логічну картину. Професійна діяльність фахівців пожежно-рятувальних підрозділів МНС України висуває ряд певних вимог до суб'єкта діяльності і припускає постійне самовдосконалення та розвиток професійно важливих якостей у рятувальників. Серед таких якостей особливе місце, безумовно, займають і рівень психологічної стійкості, і вміння протистояти впливу стресчинників. Іншими словами, цілком логічним було б отримати картину, де найвищий рівень психологічної стійкості демонстрували б фахівці з адаптивним типом копінг-поведінки. Результати нашого дослідження показують дещо інші дані. Так можна констатувати, що найбільш впевнено у стресових ситуаціях себе почувають фахівці, яким властива дезадаптивна форма копінг-поведінки, тобто особистості, що у стресових ситуаціях можуть демонструвати маніпулятивні чи навіть агресивні дії, вважають себе більш стійкими до стресу.

Стосовно самооцінки рівня психологічної стійкості та здатності протистояти стресу у групі фахівців з адаптивним типом копінг-поведінки, слід зазначити, що майже половина пожежних 1-ої групи відмічають у себе середній рівень розвиненості зазначених якостей. Можна сказати, що така оцінка є більш адекватною, ніж у 3-ої групі досліджуваних.

Необхідно також вказати середні показники самооцінки рівня психологічної стійкості у групах працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України з різним типом копінг-поведінки. Так, найвищий бал (за 100-бальною шкалою) собі дали фахівці з адаптивним

типом копінг-поведінки – 63,34 бала. Пожежні з псевдоадаптивним типом стрес-подолаючої поведінки оцінили рівень психологічної стійкості в 61,81 бала. Більш низьку оцінку дали собі пожежні, яким найбільш властивий дезадаптивний тип копінгу – 62,07 бала. При порівнянні цих показників достовірних розходжень виявлено не було.

Наступним етапом нашого дослідження було вивчення рівня самооцінки індивідуально-психологічних якостей працівників пожежно-рятувальних підрозділів. Як відомо, самооцінка являє собою сукупність знань і уявлень людини про саму себе, які виражаються в певній числовій прямій, тобто займають певний рівень у процесі порівняння себе з іншими людьми. Від того, наскільки адекватною є самооцінка особистості, може залежати рівень розвитку її професійно важливих якостей, може формуватись її копінг-поведінка, можуть виражатися прагнення людини до самовдосконалення й розвитку як у професійному, так і в особистісному плані. При вивченні самооцінки індивідуально-психологічних якостей особистості ми отримали наступні результати, які представлені в таблиці 2.

Результати показали, що у групі пожежних з дезадаптивним типом копінг поведінки адекватно висока самооцінка властива 17,04% опитаних, оптимально середній рівень самооцінки характерний 25% фахівців, низький рівень самооцінки відрізняє також 25% пожежних 3-ої групи. Неадекватно занижений і неадекватно завищений рівні самооцінки є властивими 19,32% і 13,63% досліджуваних відповідно.

Таблиця 2

Рівень самооцінки особистісних якостей працівників пожежно-рятувальних підрозділів з різними типами копінг-поведінки

Показники рівня самооцінки	1 група (%)	2 група (%)	3 група (%)	Φ^* (1, 2)	Φ^* (1, 3)	Φ^* (2, 3)
Адекватно висока	37,04	28,57	17,04	1,98*	2,08**	1,71
Оптимально середня	44,44	31,43	25	0,72	1,87*	1,05
Адекватно низька	0	20	25	0,6	0	0
Неадекватно занижена	11,11	8,57	19,32	0,34	1,04	1,78*
Неадекватно завищена	7,41	11,43	13,63	0,33	0,93	0,54
* $p \leq 0,05$ ** $p \leq 0,01$						

У групі працівників пожежно-рятувальних підрозділів із псевдоадаптивним типом подолання стресу висока самооцінка характерна

28,57% опитаних, середній рівень самооцінки індивідуально-психологічних якостей властивий 31,43% пожежних; низький рівень самооцінки психологічних якостей спостерігається в 20% фахівців 2-ої групи. Неадекватно низька самооцінка характерна 8,57%, а неадекватно високо схильні себе оцінювати 11,43% досліджуваних.

Аналізуючи показники самооцінки індивідуально-психологічних якостей у групі фахівців-пожежних з адаптивним типом копінгу, можна сказати, що високу й середню оцінки дали собі 37,04% і 44,44% опитаних. При цьому в 1-ій групі не виявилось пожежних, які б вважали, що мають низький рівень розвитку особистісних якостей. Неадекватно завищена й неадекватно занижена самооцінка властива 11,11% і 7,41% фахівцям 1-ої групи відповідно.

Дослідження самооцінки виявило достовірні розходження в рівні самооцінки індивідуально-психологічних якостей працівників пожежно-рятувальних підрозділів з різними типами подолання стресу.

Достовірно менша кількість фахівців з дезадаптивним типом копінгу оцінюють свої особистісні якості адекватно високо (17,04%), у порівнянні із пожежними 2-ої групи (28,57%, розходження достовірні на рівні $p \leq 0,05$) і із групою пожежних з адаптивним типом копінг-поведінки (37,04%, розходження значущі на рівні $p \leq 0,01$).

При цьому більша кількість пожежних 3-ої групи (19,32%), у порівнянні із досліджуваними 2-ої групи (8,57%), відрізняються неадекватно заниженим рівнем самооцінки ($p \leq 0,05$). Можна припустити, що такий факт, як неадекватно занижена самооцінка, може впливати на рівень стресостійкості, на здатність боротьби із негативним впливом стрес-чинників та на обрання стратегій такої боротьби.

Середній рівень самооцінки дали собі лише 25% пожежних з дезадаптивною формою копінг-поведінки й 44,44% фахівців з адаптивним копінгом (розходження достовірні на рівні $p \leq 0,05$).

Таким чином, адекватно високо оцінюють себе фахівці з адаптивним типом стрес-подоланою поведінки, низький рівень самооцінки характерний більшості пожежних 3-ої групи. При цьому слід зазначити, що група фахівців з дезадаптивним типом копінг-поведінки більше, ніж інші фахівці, схильна неадекватно занижувати й неадекватно завищувати самооцінку своїх особистісних якостей, що не може не позначитися на якості протистояння дії стрес-факторів та виконанні пожежними цієї групи своїх професійних обов'язків.

Узагальнюючи отримані результати, слід відмітити, що найвищу оцінку рівню власної психологічної стійкості поставили працівники

пожежно-рятувальних підрозділів МНС України, яким характерна адаптивна модель копінг-поведінки. Окрім цього, ці фахівці відрізняються й адекватно високим рівнем самооцінки індивідуально-психологічних якостей.

Висновки. Отже, можна заключити, що самооцінка особистості може виступати як один з провідних факторів, що забезпечують найбільш ефективну опірність впливу стрес-чинників, та обумовлювати обрання особистістю активних, просоціальних стратегій подолання стресу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бодров В.А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов. - М.: ПЕР СЭ, 2000. – 352 с.
2. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы: Монография. - М.: ИП РАН, 1995. – 128 с.
3. Гремлинг С., Ауэрбах С. Практикум по управлению стрессом. - СПб.: Питер, 2002. – 240 с.
4. Гринберг Д. Управление стрессом. - СПб.: Питер, 2002. – 496 с.
5. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса: Монография. - М.: Наука, 1983. – 368 с.
6. Леонова А.Б. Комплексная стратегия анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике и коррекции // Психологический журнал. - 2004. - № 2. - С.75 - 85.
7. Нартова-Бочавер С.К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. - 1997. - № 5. - С.20
8. Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара: БАХРАХ-М, 2000. – 672 с.
9. Селье Г. Стресс без дистресса. - М.: Прогресс, 1982. – 125 с.
10. Фонтана Д. Как справиться со стрессом. - М.: Педагогика-Пресс, 1995. – 352 с.
11. Hobfoll S.E. The ecology of stress. - Washington, DC: Hemisphere, - 1988. – P. 73 – 82.
12. Hobfoll S.E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress // American Psychologist. - 1989. - Vol.44. - P.513-523.
13. Lazarus R.S. Psychological stress and the coping process. N.Y.: McGraw-Hill, - 1966. - P.165-173.
14. Selye H. Stress. -Montreal: Acta, - 1950. – P. 23-29.

15. Selye H. The Stress of life. - N.Y.: Signet, - 1956. – P. 65-71.

УДК 159.9

Склярів С.О., ад'юнкт УЦЗУ

ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ПОЖЕЖНИХ-РЯТУВАЛЬНИКІВ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ

Представлені результати дослідження структури мотивації пожежних-рятувальників. Досліджено зміну структури мотивації в пожежних-рятувальників у залежності від етапу професіоналізації. Виявлено характерні особливості мотивації в новачків, молодих спеціалістів та досвідчених пожежних-рятувальників.

Ключові слова: мотивація, пожежні-рятувальники, професіоналізація.

Постановка проблеми. У зв'язку з ростом кількості і тяжкості наслідків надзвичайних ситуацій і катастроф однією з найбільш значимих професій є діяльність пожежного-рятувальника. Складність її полягає у впливі екстремальних факторів різного характеру, різноманітності трудових завдань, значному фізичному і психологічному навантаженні, що передбачає високі вимоги до особистості пожежного-рятувальника і, зокрема, до його професійної мотивації.

З огляду на безумовну важливість мотивації для професійної діяльності, особливо в екстремальних умовах, і малучисленність робіт, присвячених професії пожежного-рятувальника, виникла необхідність спеціального її дослідження.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У літературі мається велика кількість наукових даних щодо констатації факту істотного впливу мотивації (сукупності факторів, що спонукають, організують і направляють поведінку людини) на успішність освоєння і виконання конкретної діяльності [1; 2; 4; 5; 6; 10; 11 і ін.]. Відзначається особлива роль мотивації в забезпеченні ефективності і безпеки діяльності фахівців складних і небезпечних професій [3; 7; 8; 13].

Відповідно до положень системного підходу [15], мотивація розглядається як багатомірна за змістом підсистема особистості, що характеризується багаторівневою й ієрархічною будівлею. У роботах В. Г. Асеева [1], І. А. Васильєва і М. Ш. Магомед-Емінова [5],