

автореф. дис. канд. психол. наук: спец. 19.00.03 / Т. В. Большакова. – Ярославль, 2004. – 27 с.

2. Водопьянова Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.

3. Загуровский В. М. Дезадаптационные нарушения вследствие стрессорных факторов в работе членов бригад скорой медицинской помощи / В. М. Загуровский // Медицина неотложных состояний. – 2005. – № 1. – С. 65.

4. Орел В. Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования / В. Е. Орел // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22, № 1. – С. 90–101.

5. Орел В. Е., Рукавишников А. А. Феномен «выгорания» как проявление воздействия профессиональной деятельности на личность // Психология субъекта профессиональной деятельности: [сборник научных трудов] / В. Е. Орел, А. А. Рукавишников. – М–Ярославль, 2001. – С. 72–81.

6. Абрамова Г. С., Юдчиц Ю. А. Синдром эмоционального выгорания у медработников // Психология в медицине: [учебное пособие] / Г. С. Абрамова, Ю. А. Юдчиц. – М., 1998. – С. 231–244.

7. Федак Б. С. Феноменология синдрома выгорания у медицинского персонала скорой помощи / Б. Ф. Федак // Медицинская психология. – 2009. – Т. 4, № 1(13). – С. 19–21.

8. Юрьева Л. Н. Профессиональное выгорание у медицинских работников: Формирование, профилактика, коррекция / Л. Н. Юрьева. – К.: Сфера, 2004. – 271 с.

УДК:159.9

Кокун О. М., д. психол. н., професор, завідувач лабораторії вікової психофізіології Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України

ЗМІСТ ТА СТРУКТУРА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ФАХІВЦЯ ДО ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ВИДІВ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті викладені вміст і структура психологічної готовності фахівця до екстремальних видів діяльності. Визначено, що структура подібної готовності складається з таких її видів як тривала і короткочасна готовність. Для кожного з видів готовності визначені відповідні складові, компоненти і показники готовності.

Ключові слова: екстремальні види діяльності, психологічна готовність, структура готовності.

В статье изложены содержание и структура психологической готовности специалиста к экстремальным видам деятельности. Определено, что структура подобной готовности состоит из таких ее видов как длительная и кратковременная готовность. Для каждого из видов готовности определены соответствующие составляющие, компоненты и показатели готовности.

Ключевые слова: экстремальные виды деятельности, психологическая готовность, структура готовности.

Постановка проблеми. Перелік видів професійної діяльності, які позначені різним рівнем екстремальності, постійно розширюється. Найважливішими етапами підготовки фахівця до ефективної та безпечної діяльності в таких умовах вважаються професійний відбір, професійна підготовка та безпосередня професійна діяльність.

Проте у спеціальній літературі ще не достатньо чітко визначено зміст і структуру такої надзвичайно важливої складової ефективності та безпечності здійснення екстремальних видів діяльності як психологічна готовність. Її формування є одним із пріоритетних завдань впродовж професійної підготовки та подальших етапів професійного становлення фахівця.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Зрозуміло, що психологічна готовність до різних видів діяльності має свої специфічні особливості. Разом з тим більшість дослідників даної проблеми вказує на існування загальних для всіх видів діяльності характеристик психологічної готовності. Цілісна психологічна готовність до діяльності являє собою сукупність певних *психологічних властивостей* та *станів* особистості, які складають підсистеми короткочасної та тривалої готовності.

Так, за П. П. Горностаєм під поняттям «професійна готовність» доцільно розуміти загальну готовність людини до професійної діяльності (як психологічну, так і фізичну), що може бути як *тривалою* (професійна підготовленість), так і *короткочасною* [5].

Тривала готовність являє собою систему інтегрованих властивостей, знань, досвіду особистості. Ця готовність поєднує в собі усвідомлення ролі певної професії в суспільстві, соціальну відповідальність, намагання самостійно та творчо вирішувати професійні завдання, установку на актуалізацію наявних знань. *Короткочасна* психологічна готовність являє собою особливий психічний стан, що характеризується наявністю в суб'єкта образу структури певної дії та стійкої спрямованості свідомості на її виконання (включає в себе різного роду установки на усвідомлення завдання, моделі майбутньої поведінки, визначення спеціальних засобів діяльності, оцінку власних можливостей в їх співвідношенні з майбутніми труднощами та необхідністю досягнення певного результату) [15].

Усталеного, остаточного визначення готовності до діяльності в науці поки ще не сформувався. Виділяють три основні підходи до її розуміння: 1) готовність розуміється як складне утворення, яке включає у себе когнітивний, мотиваційний, емоційно-вольовий компоненти, як сукупність знань, вмінь та навичок, професійно важливих якостей особистості, які повинен мати фахівець для успішного виконання діяльності; 2) готовність розуміється як певний функціональний стан, що сприяє успішній діяльності, забезпечує її високий рівень; 3) готовність розуміється як складне особистісне утворення, що включає професійно важливі якості особистості, вміння і психологічні стани [4; 15].

О. С. Тарновська на основі аналізу зазначених підходів запропонувала (на прикладі педагогічної діяльності) розуміти *психологічну готовність до діяльності* як інтегративне утворення, що складається із трьох взаємозумовлених і взаємозалежних підструктур: 1) *функціональна*, до якої входять компоненти: мотиваційний (мотиви вибору професії і спеціальності, орієнтація на її цінності тощо); когнітивний (знання спеціальних дисциплін); операційний (наявність вмінь і навичок, необхідних для вирішення професійних завдань, модулювання своєї діяльності); 2) *емоційна* (настроєність на вирішення професійних завдань, впевненість у собі як у фахівці, стан задоволеності професією тощо); 3) *особистісна* (професійно важливі якості особистості: вольові, моральні та ін.) [15].

Ми бачимо, що при такому підході до тривалої психологічної готовності до діяльності можна віднести особистісну та окремі елементи функціональної (зокрема мотиваційний компонент). А до короткочасної – емоційну.

П. П. Горностай виділив 4 підструктури психологічної готовності до діяльності: професійну спрямованість; професійну самосвідомість особистості; професійні знання, навички і вміння; професійно важливі особистісні якості [5]. На нашу думку, всі ці підструктури здебільшого характеризують тривалу готовність, а перші дві з них (професійну спрямованість та самосвідомість) цілком можливо було б поєднати в одну спільну.

М.І. Дьяченко і Л. О. Кандилович до компонентів психологічної готовності віднесли такі:

- 1) мотиваційний (позитивне відношення до професії, інтерес до неї та інші достатньо стійкі професійні мотиви);
- 2) орієнтаційний (знання й уявлення про особливості та умови професійної діяльності, її вимог до особистості);
- 3) операціональний (володіння способами і прийомами професійної діяльності, необхідними знаннями, навичками, вміннями, процесами аналізу, синтезу, порівняння, узагальнення і т.ін.);
- 4) вольовий (самоконтроль, вміння керувати діями, з котрих складається виконання трудових обов'язків);
- 5) оцінювальний (самооцінка своєї професійної підготовленості і відповідності процесу вирішення професійних завдань оптимальним трудовим зразкам) [7].

Всі п'ять вищенаведених компонентів можна розглядати у ракурсі тривалої готовності, а перший, четвертий та п'ятий – також і у плані короткочасної.

Класифікації, що є дуже близькими до вищенаведеної наводяться в роботах В. Й. Бочелюка [3], К. М. Дурай-Новакової [6], Л. О. Матохнюк [9], В. А. Молотая [10], І. М. Окуленко [11] та ін.

Нижче ми на основі вищенаведеного аналізу, результатів наших попередніх досліджень [9; 13] та результатів подальшого аналізу поглядів щодо змісту психологічної готовності до діяльності, яка здійснюється у різного

роду екстремальних умовах, визначимо загальний зміст та структуру психологічної готовності фахівця до екстремальних видів діяльності, що і є основною метою даної статті.

Виклад основного матеріалу. Отже, не обмежуючись розглядом загальнопсихологічних підходів до розуміння змісту психологічної готовності до діяльності, далі проаналізуємо погляди сучасних українських науковців щодо змісту психологічної готовності до діяльності, яка здійснюється в особливих та екстремальних умовах.

Щодо таких умов В. А. Молотай зазначає, що психологічна готовність передбачає здатність до психологічної саморегуляції, готовність діяти у нестандартних умовах, уміння передбачати, антиципувати майбутнє, формувати певну реакцію організму у складних непередбачених умовах [10].

І. Ю. Горелов психологічну готовність працівників міліції до застосування вогнепально-силового впливу представляє як комплексне багатоконентне утворення, що включає такі складові: 1) необхідний рівень професійної підготовки; 2) мотиваційні компоненти (відданість своїй професії, потреба у самовдосконаленні); 3) особливості особистості, які визначають здатність ефективно діяти в екстремальних ситуаціях (високі здібності саморегуляції психічного стану; оптимальні рівні особистісної та ситуативної тривожності; комунікативні особливості; інтелектуальні, емоційно-вольові якості тощо) [4].

Автором було встановлено, що основними особистісними особливостями працівників міліції з високою психологічною готовністю до застосування вогнепально-силового впливу є: впевненість у собі, розвинені емоційно-вольові, комунікативні якості, зібраність (зосередженість, спрямованість на досягнення мети), висока нормативність, розвинені здібності до планування, моделювання, програмування, оцінки результатів, гнучкість і високий загальний рівень саморегуляції. Для них властиві середні рівні особистісної та ситуативної тривожності, висока нервово-психічна стійкість, середні показники рівнів фрустрації, ригідності, агресивності та схильності до ризику. У працівників міліції з низькою психологічною готовністю до застосування вогнепально-силового впливу показники комунікативності, самовпевненості знаходяться на середньому та низькому рівнях. Їм властиві середні та низькі показники стильових особливостей саморегуляції, високі рівні особистісної та ситуативної тривожності, низька схильність до ризику [4].

За І. В. Платоновим, психологічна готовність особистості до правоохоронної діяльності являє собою складну, інтегральну властивість людини, яка характеризує її придатність до виконання загальних вимог професійної правоохоронної діяльності. Структуру зазначеної готовності складають три взаємопов'язані компоненти: 1) мотиваційна готовність (характеризується складною системою мотивів, які скеровують, посилюють та зумовлюють активність індивіда щодо зазначеної діяльності); 2) загальна професійна

(характеризується рівнем розвитку професійних знань, навичок і вмінь, що необхідні молодому спеціалісту на початковому етапі професійної діяльності та сформованістю його психічних пізнавальних процесів, які сприяють результативності діяльності працівника правоохоронних органів); 3) емоційно-вольова готовність (характеризується здатністю особистості до свідомої регуляції своєї поведінки, дій у будь-яких ситуаціях зазначеної діяльності відповідно до законів і вимог суспільства) [12].

Поняття психологічної готовності керівника органу внутрішніх справ до управлінської діяльності В.І. Барко розуміє як довготривалий психічний стан, який структурно складається з комплексу суб'єктивних і об'єктивних компонентів і включає в себе мотиви, інтереси, здібності, темпераментні й характерологічні особливості, знання і уміння, які в комплексі забезпечують здатність до успішної діяльності [1].

В. А. Молотаєм було визначено такі критерії психологічної готовності військовослужбовців Внутрішніх військ МВС України до службово-бойової діяльності: 1) усвідомлення військовослужбовцем соціального та особистісного сенсу участі у службово-бойовій діяльності; 2) стійкість та адаптивна урегульованість дій; 3) своєчасність і доцільність оперативних службово-бойових дій; 4) адекватність дій правоохоронним нормам і умовам службово-бойових ситуацій [9]. Наведений автором перелік показників щодо вказаних критеріїв є достатньо широким, хоча й недостатньо диференційованим стосовно короткочасної та тривалої готовності. Також не всі з наведених ним показників можна віднести саме до психологічної готовності, як то, наприклад, «фізична здатність долати труднощі» характеризує фізичну готовність, а «якість застосування зброї, бойової техніки» – професійну.

Л. О. Матохнюк стосовно психологічної готовності особистості до успішного виконання професійної діяльності на кордоні визначила три компоненти готовності: 1) мотиваційно-ціннісний компонент визначає вибіркову спрямованість на професійну діяльність (потреба успішно вирішувати професійні завдання, стійка позитивна мотивація до професії, інтереси, ідеали фахівця, вищі почуття, переконання в необхідності професії, бажання досягти успіху й показати себе в ній з кращого боку та ін.); 2) когнітивний – охоплює систему знань необхідних для успішної діяльності (знання професійних обов'язків, функцій, оцінка їх суспільної значущості, знання способів, методів, засобів вирішення професійних завдань, усвідомлення своїх можливостей, здібностей, знання особливостей та ймовірних змін у службовій діяльності та ін.); 3) операційно-діяльнісний – характеризує ряд здібностей особистості щодо ефективного виконання службових функцій (продуктивне сприйняття, антиципація, навички емоційно-вольової саморегуляції, організованість, комунікабельність та ін.) [10].

О. М. Керницький розуміє психологічну готовність до льотної діяльності як інтегральну властивість і складне психологічне утворення особистості

військового пілота, що проявляється як психічний стан його готовності до льотної діяльності та забезпечує оптимальне функціонування психіки й надійність знань, навичок і вмінь керування технічними системами бойового літака у різноманітних умовах польоту. У структурі психологічної готовності курсантів до льотної діяльності автор виділяє мотиваційний, когнітивний, операційний, емоційно-вольовий компоненти та професійно-важливі якості особистості військового пілота [8].

У структурі психологічної готовності офіцерів пожежної охорони до професійної діяльності О. В. Бикова виділила 5 основних складових:

1) морально-психологічна готовність (компоненти – мотиваційний, морально-орієнтаційний, пізнавально-операційний, емоційно-вольовий, психофізіологічний, оцінно-змістовий);

2) командирська готовність (компоненти – природний таланти лідера, розуміння соціальної значущості бойового завдання, відповідальність, інтуїція, висока творча активність, оптимізація своєї управлінської діяльності, сміливість, рішучість, врівноваженість, упевненість, переконливість, чіткі команди, оперативність прийняття рішення, готовність до ризику);

3) авторитативна готовність (компоненти – спонукальний, регулятивний, трансформативний, інформаційно-пізнавальний, регенеративний, виховально-дисциплінуючий, морально-етичний, авторитетно-престижний, посадовий, управлінський, лідерський, харизматичний);

4) креативна готовність (компоненти – генератор ідей, евристична творча діяльність, професійне честолобство, інсантність, дивергентність, пошук, гнучкість розуму, наукова комунікабельність, глибина знань і ємність тезаурусу, високий науковий авторитет);

5) комунікативна готовність (компоненти – психологічна сумісність, активна життєва позиція, відданість обов'язку, єдність поглядів з колективом, професійне товариство, взаємодопомога, повага до колег, до правил співжиття, здатність до самовиховання, самокритичність, відсутність егоцентризму, здатність до спілкування, володіння професійною мовою, ситуаціями професійного мовлення) [2].

Висновки. На основі вищенаведеного аналізу психологічну готовність фахівця до екстремальних видів діяльності можна стисло визначити як інтегративне особистісне утворення, яке складається із короткочасної та тривалої готовності і забезпечує його психологічну придатність до діяльності в екстремальних умовах.

Основні складові та відповідні їм можливі компоненти психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах нами визначено відповідно до розподілу на такі два її види як *тривала* та *короткочасна* готовність.

Перша формується впродовж тривалого часу професійної підготовки та діяльності фахівця і характеризує його *потенційну* психологічну здатність до виконання різних завдань під час здійснення діяльності в екстремальних

умовах. Друга базується на основі першої і характеризує *наявну* на даний період часу (від дня до кількох днів) психологічну здатність до виконання конкретних професійних завдань в таких умовах.

Тобто можливий випадок відсутності у фахівця короткочасної (ситуативної) психологічної готовності (внаслідок захворювання, поранення, травми та ін.) за наявності тривалої (потенційної) готовності. І, в той же час, є неможливою наявність короткочасної психологічної готовності без наявності тривалої.

Отже, у **тривалій** психологічній готовності фахівця до діяльності в екстремальних умовах нами виділено дві основні складові: особистісну і функціональну готовність.

Особистісна готовність передбачає наявність 4-х компонентів:

- моральна готовність (усвідомлення обов'язку, відповідальності, безпеки для власного життя, соціального та особистісного сенсу професійної діяльності, активна життєва позиція, самокритичність, потреба у професійному самовдосконаленні);
- вольова готовність (впевненість у собі, зібраність, організованість, сміливість, рішучість, самоконтроль, витримка, готовність до ризику);
- комунікативна готовність (наявність загальних та професійних комунікативних якостей: комунікабельності, переконливості, володіння професійною мовою, вміння віддавати чіткі команди, повага до колег, готовність до взаємодопомоги та ін.);
- загальнопсихологічна готовність (оптимальний рівень особистісної тривожності, високі здібності саморегуляції психічного стану; розвинуті інтелектуальні якості, розвинені здібності до планування, моделювання, програмування, оцінки результатів діяльності тощо).

У *функціональну* було включено 6 компонентів:

- мотиваційна готовність (відданість професії, переконання в її необхідності, потреба у самовдосконаленні, в успішному вирішенні професійних завдань, бажання досягти успіху й показати себе з кращого боку та ін.);
- когнітивна готовність (знання професійних обов'язків, функцій, оцінка їх суспільної значущості, знання способів, методів, засобів вирішення професійних завдань, усвідомлення своїх можливостей, здібностей, знання особливостей та ймовірних змін у службовій діяльності та ін.);
- креативна готовність (здатність генерувати ідеї, гнучкість розуму та ін.);
- орієнтаційна готовність (знання і уявлення про особливості й умови професійної діяльності, її вимоги до особистості);
- операційна готовність (наявність вмінь і навичок, необхідних для вирішення професійних завдань, володіння способами і прийомами професійної діяльності, здатність до модулювання своєї діяльності та антиципації);

• оцінювальна готовність (адекватна самооцінка своєї професійної підготовленості і відповідності результатів вирішення професійних завдань визначеним вимогам).

У **короткочасній** психологічній готовності нами виділено 5 компонентів:

• мотиваційна готовність (мотивація на виконання безпосередніх професійних завдань);

• орієнтаційна готовність (знання і уявлення про особливості та умови поточної діяльності, вирішуваних у ній завдань, вимог, які вона висуває до особистості та ін.);

• операційна готовність (актуальна можливість до реалізації наявних вмінь і навичок, необхідних для вирішення професійних завдань);

• оцінювальна готовність (адекватна самооцінка своїх можливостей щодо вирішення поставлених задач);

• емоційна готовність (оптимальний рівень ситуативної тривожності, позитивна настроєність на вирішення професійних завдань, зібраність, впевненість у своїх силах та ін.).

Перспективи подальших досліджень полягають у конкретизації та визначенні ступеня значущості різних компонентів (та відповідних ним показників) психологічної готовності фахівця до різних видів професійної діяльності, яка пов'язана із наявністю екстремальних умов.

ЛІТЕРАТУРА

1. Барко В. І. Психологія управління персоналом органів внутрішніх справ (проактивний підхід): [монографія] / Вадим Іванович Барко. – К.: Ніка-Центр, 2003. – 448 с.

2. Бикова О. В. Формування готовності до професійної діяльності майбутніх офіцерів пожежної охорони: автореф. дис... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / Бикова О. В. – К., 2001. — 21 с.

3. Бочелюк В. Й. Психологічна готовність до управлінської діяльності в умовах проблемної ситуації / В. Й. Бочелюк // Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут» Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти: [зб. наук. праць]. – Харків, 2003. – Вип. 1 (5). – С. 351–357.

4. Горелов І. Ю. Психологічна готовність працівників ОВС до застосування вогнепально-силового впливу: автореф. дис... канд. психол. наук: спец. 19.00.09 / І. Ю. Горелов. – Х., 2008. – 19 с.

5. Горностай П. П. Формирование психологической готовности старшеклассников к педагогической деятельности: автореф. дисс... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / П. П. Горностай. – К., 1988. – 149 с.

6. Дурай–Новакова К. М. Формирование профессиональной готовнос-

ти студентов к педагогической деятельности: автореф. дис. ...доктора пед. наук / К. М. Дурай–Новакова. – М., 1983. – 32 с.

7. Психология высшей школы / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. – [2-е изд., перераб. и доп.]. – Минск: БГУ, 1981. – 383 с.

8. Керницький О. М. Теоретичний аналіз проблеми формування психологічної готовності курсантів-льотчиків до військово-професійної діяльності / О. М. Керницький // Військова освіта: [зб. наук. пр.]. – 2003. – № 14. – С. 50–59.

9. Матохнюк Л. О. Формування психологічної готовності майбутніх інженерів-прикордонників до професійної діяльності: автореф. дис... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / Л. О. Матохнюк. – Хмельницький, 2006. — 20 с.

10. Молотай В. А. Формування психологічної готовності військовослужбовців внутрішніх військ МВС України до діяльності по охороні громадського порядку: автореф. дис... канд. психол. наук: спец. 19.00.09 / В. А. Молотай. – Хмельницький, 2006. — 20 с.

11. Окуленко І. М. Методичні рекомендації щодо організації вивчення рівня психологічної готовності льотних екіпажів до польотів в умовах тривалих перерв між ними / І. М. Окуленко. – Вінниця: ЗСУ, 2006. – 125 с.

12. Платонов І. В. Структура психологічної готовності особистості до правоохоронної діяльності / Платонов І. В. // Психологія. – К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2000. – Вип. 11. – С. 320–326.

13. Психофізіологічне забезпечення готовності студентів до педагогічної діяльності: [монографія / ред. О. М. Кокун]. — К.: Педагогічна думка, 2008. – 296 с.

14. Сластенин В. А. Формирование личности учителя советской школы в процессе профессиональной подготовки / В. А. Сластенин. – М.: Просвещение, 1976. – 150 с.

15. Тарновская А. С. Формирование психологической готовности студентов университета к педагогической деятельности в школе: автореф. дис. ...канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / НИИ психологии УССР / А. С. Тарновская. – К., 1991. – 20 с.

16. Черепехіна О. А. Рівні психологічної готовності психологів до професійної діяльності у спорті / О. А. Черепехіна // Дні науки. 27–28 жовтня 2005. Збірник тез доповідей. Том 2. – Запоріжжя: ГУ «ЗІДМУ», 2005. – С. 315–316.