

статистично не достовірний. Отже, було виявлено неоднозначний зв'язок самооцінки з рівнем агресії у підлітків.

Висновки. За даними нашого дослідження рівень вираженості агресивних реакцій корелює з самооцінкою особистості. Загальна тенденція тут полягає в наявності прямого зв'язку: чим вищий рівень самооцінки підлітків, тим вищі показники їх загальної агресії.

У решті випадків картина постає неоднозначною: підліткам з низькою самооцінкою не завжди властивий прояв низького рівня агресії, хоча у підлітків з високим рівнем фізичної агресії не у всіх випадках виявляється низька самооцінка; у підлітків з високим рівнем роздратування не у всіх випадках виявляється висока самооцінка; у підлітків з високим рівнем почуття провини не у всіх випадках виявляється низька самооцінка.

Список використаної літератури

1. Фромм, Е., (2006), *Анатомія людської деструктивності*, АСТ, Москва, 640 с.
2. Берковіц, Л., (2001), *Агресія. Причини, наслідки, контроль*, Олма-Прес, Москва, 512 с.
3. Лоренц, К., (1994), *Агресія*, Прогрес, Москва, 272 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПРАЦІВНИКІВ РЯТУВАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛІВ

УДК 159.942:616

Гиндюк О. С.,

*студентка спеціальності 053 «Психологія»,
освітньо-кваліфікаційний рівень «Спеціаліст»,
КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»*

Актуальність дослідження. Сучасні умови життя висувають підвищені вимоги до адаптивних механізмів людини. Співробітникам органів і підрозділів з надзвичайних ситуацій доводиться діяти в екстремальних умовах, які викликають різні форми дезадаптації, нервово-психічні і психосоматичні розлади, посттравматичні стресові стани. Інтенсивний стрес-вплив субекстремальних обставин на людину може бути настільки сильним, що особистісні властивості вже не відіграють вирішальної ролі в розвитку посттравматичного стресового розладу. У зв'язку із цим набуває значущості вивчення ефективних умов профілактики стресостійкості працівників стресогенних професій.

Короткий аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми. Аналіз досліджень та публікацій свідчить про те, що проблема стресостійкості у наукових дослідженнях розглядається при вивченні бар'єрів психічної адаптації людини (Ю.А. Александровський,

А.В. Вальдман, В.І. Лебедєв), емоційної стійкості та саморегуляції емоцій (Е.А. Мілерян). Ряд дослідників основою стресостійкості вважають саморегуляцію людини (Л.Г. Дика, О.А. Конопкін, В.І. Моросанова, Є.М. Потапчук). До стресостійкості відносять різноманітні копінг-механізми і механізми психологічного захисту (Н. Хаан), на які впливає локус контролю (Д. Роттер), етнічний фактор (Л. Таукенова), тип ВНД (Л. Собчик), психічні і соматичні захворювання (Е. Чехлатий, Н. Сирота, В. Ялтонський). Усі дослідники відзначають, що стресостійкість як властивість психіки відображає здатність людини успішно здійснювати необхідну діяльність у складних умовах.

У той самий час, проблема проявів стресостійкості у працівників стресогенних професій все ще недостатньо вивчена, зокрема, щодо обґрунтування ефективних програм профілактики деструктивних наслідків дистресу.

Мета статті: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості осіб з різним рівнем стресостійкості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Стресостійкість особистості формується на основі багаторазового повторення фактів зіткнення особистості зі стресогенними ситуаціями. Це зіткнення проявляється в складному процесі, що включає: оцінку стресової ситуації, регуляцію діяльності в стресогенних умовах, подолання стресу (Аршава, І.Ф., 2007).

Під стресостійкістю ми розуміємо системну динамічну характеристику, що визначає здатність людини протистояти стресорному впливу або справлятися з багатьма стресогенними ситуаціями, активно перетворюючи їх або пристосовуючись до них без шкоди для свого здоров'я і якості виконаної діяльності.

Для вивчення особливостей стресостійкості рятувальників аварійно-рятувального загону спеціального призначення ГУ ДСНС України було використано методики: на визначення нервово-психічної стійкості, ризику дезадаптації в стресі - «Прогноз», «Тест – опитувальник Г. Айзенка ЕРІ», «Тест на стресостійкість». В опитуванні взяли участь 50 рятувальників.

У більшості працівників (82 %) спостерігається середній рівень стресостійкості, який за шкалою методики «Прогноз» вважається нормальним (11-30 балів). Це рівень стресостійкості сучасної людини, з помірним напруженням, яка веде активний образ життя. У 12 % респондентів спостерігається високий рівень стресостійкості, який вказує на те, що особа здатна впоратися зі стресом. Такі працівники в екстремальних ситуаціях не демонструватимуть нервово-психічних зривів, будуть здатні протистояти небезпечній ситуації за рахунок особистісної витримки, суворого дотримання дисципліни, реалістичності суджень, високої відповідальності, сміливості, мужності, холонокровності, впевненості в собі, завдяки високому самоконтролю, готовності мати справу з незнайомими обставинами та людьми і готовності до ризику. У

них сильний і середній тип нервової системи, що дозволяє сподіватися на те, що вони здатні тривалий час витримувати сильні психічні подразники.

Низький рівень стресостійкості встановлено у 6 % працівників, що викликає занепокоєння, адже ці особи з високою ймовірністю близькі до нервового зриву і розвитку психосоматичних захворювань, що наражає їх на небезпеку непрофесійного виконання доручених обов'язків.

Емоційні реакції людини можна розрізняти, виходячи з того, наскільки врівноважені чи неврівноважені процеси збудження та гальмування. У групі респондентів за тестом – опитувальником Г. Айзенка ЕРІ серед опитаних до емоційно стабільних можна віднести 80 % працівників. Так, у емоційно стабільної людини емоційна реакція за силою і тривалістю відповідає фактору, що викликав дану емоційну реакцію.

Нами встановлено, що 20 % опитаних є емоційно нестабільними. Такі опитувані – чутливі, емоційно-тривожні, схильні болісно переживати невдачі і засмучуватися з дрібниць. Реакція емоційно нестабільної людини часто носить парадоксальний характер: на сильні подразники виникає слабка реакція і навпаки. У емоційно нестабільної людини реакція триває і після того, як подразник, що її викликав, вичерпав себе.

Для визначення стресостійкості у працівників рятувальних служб нами також було використано методику «Тест на стресостійкість». У 28 % опитаних показник становить менше 35 балів, що свідчить про високу стресостійкість. Високий рівень стійкості вказує практично на відсутність стресових станів, здатність людини певним чином протистояти стресовим ситуаціям. У 58 % опитаних значення становить від 35 до 85 балів, що можна вважати нормальним. Стійкість до стресу адекватна життєвій ситуації. Проте, у 14 % працівників показник становить більше 86 балів, що вказує на підвищену чутливість до стресу. Низький рівень стійкості до стресу характеризується порушенням та розладом основних фізичних, фізіологічних і психічних функцій, зростає кількість скарг на різного роду неприємні відчуття, дискомфорт. Погіршується свідомий контроль за виконанням діяльності, трапляються труднощі у зосередженні, запам'ятовуванні, мисленні, зростає кількість помилок, незвичних реакцій, неточностей посилюється роль автоматичних, стереотипних дій, які витісняють творчі, свідомі та довільні дії.

Аналізуючи окремі шкали опитувальника ми звернули увагу на те, що 26 % опитаних показали підвищену реакцію на обставини, щодо яких у них виникають сумніви в їх керованості, у 26 % опитаних виявлений високий показник схильності ускладнювати зміст ситуації, схильність до психосоматичних захворювань мають лише 4 % опитаних, а 28 % опитаних схильні до деструктивних способів подолання стресів, при цьому у переживанні стресу часто виявляється зростання рівня їх дратівливості та агресивності у ставленні до оточуючих.

Висновки. Теоретичний аналіз та емпіричне дослідження психологічних особливостей працівників рятувальної служби доводить

актуальність розробки та апробації програми профілактики стресостійкості особистості, з метою запобігання ймовірності виникнення аварій та катастроф з вини людини. У нашому дослідженні було виявлено, що за рівнем вираженості нервово-психічної стійкості, яка розглядається як індикатор рівня стресостійкості, п'ята частина працівників виявляють знижені показники, що виявляється у підвищеній реактивності на стрес, схильності ускладнювати зміст ситуації, до психосоматизації та до деструктивних способів подолання стресів. В подальшому буде розроблена та апробована програма розвитку стресостійкості особистості.

Список використаної літератури.

1. Аршава, І.Ф., (2007), Емоційна стійкість людини та її діагностика [Електронний ресурс]: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. психол. наук: спец 19.00.02 «Психофізіологія»/ І.Я. Аршава, Київ, 38 с.
2. Потапчук, Є.М., (2011), Особливості свідомої саморегуляції при розвитку гострого і хронічного травматичного стресу у рятувальників, Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України, Хмельницький, Випуск 3.

ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ ДОШКІЛЬНИКА ТА ОСОБЛИВОСТІ ЇЇ ПРОЯВУ

УДК 159.922

*Гнатюк О. О.,
студентка спеціальності 053 «Психологія»,
освітньо-кваліфікаційного рівня «Спеціаліст»,
КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»*

Актуальність проблеми. У дошкільному віці суттєвих змін зазнає емоційно-вольова сфера дітей. Період дошкільництва можна назвати віком пізнавальних емоцій, до яких відносяться почуття здивування, зацікавлення, допитливості. Діяльність дітей, стосунки з дорослими й однолітками, реакції на нові обставини, ставлення до персонажів казок, розповідей сповнені емоцій і почуттів, що спонукають їх активно сприймати світ, стимулюють вплив на пізнавальні та інші психічні процеси, виробляють індивідуальне ставлення до сприйняття світу, мотивують їхні вчинки.

Емоції впливають на всі психічні процеси: сприймання, відчуття, пам'ять, увагу, мислення, уяву, а також на вольові процеси. Тому проблема розвитку емоцій і волі, їх ролі у виникненні мотивів як регуляторів діяльності та поведінки дитини є однією з найбільш важливих і складних проблем психології. На перебудову психічних процесів, формування довільної поведінки впливає воля дитини. Саморегуляція поведінки і