

2. Програма медико-психологічної реабілітації (для постраждалого населення, осіб, які залучалися до виконання аварійно-рятувальних робіт при виникненні надзвичайних ситуацій техногенного або природного характеру, і рятувальників) // Методичні вказівки. Випуск 2, стереотипне. – Київ : МОЗ України, 2012. – 31 с.

Одержано 12.02.2016

В статье рассмотрена реализация концепции частичной психологической реабилитации участников АТО и членов их семей на базе санатория «Остреч». Сделаны выводы по совершенствованию мероприятий, направленных на проведение психологической реабилитации военнослужащих.

Ключевые слова: психологическая реабилитация, медико-психологическая реабилитация, посттравматическое стрессовое расстройство, физиотерапия, психотерапия, психообразование.

The article describes the implementation of the concept of partial psychological rehabilitation of participants ATO and their families on the basis of sanatorium «Ostrech». Conclusions on the improvement of measures aimed at conducting psychological rehabilitation of servicemen.

Keywords: psychological rehabilitation, medical and psychological rehabilitation, post-traumatic stress disorder, physiotherapy, psychotherapy, psychoeducation.



УДК 159.9

Ліна Анатоліївна ПЕРЕЛИГІНА,

доктор біологічних наук, професор,
начальник кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України;

Ксенія Вікторівна БАЛАБАНОВА,

ад'юнкту кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України

ЖИТТЕСТІЙКІСТЬ ЯК ЧИННИК ПРОФІЛАКТИКИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНИХ ДЕСТРУКЦІЙ У ФАХІВЦІВ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ПРОФЕСІЙ

У статті феномен життєстійкості розглядається як індикатор психологічного здоров'я й професійного доволіття фахівців екстремального профілю. Показано, що рятувальники мають високий рівень виразності життєстійкості та її елементів, також доведена наявність зворотної кореляційної залежності між життєстійкістю й професійною деформацією. Ці дані можна розглядати як основу для розробки системи психологічного консультування й психопрофілактики розвитку професійних деструкцій і формування оптимального рівня життєстійкості в умовах екстремальної професійної діяльності.

Ключові слова: життєстійкість, професійні деструкції, екстремальні умови діяльності.

Дослідження життєстійкості представників екстремальних професій має величезне практичне значення. Це пов'язано, у першу чергу, з тим, що сучасні умови й зміст їхньої професійної діяльності приводять до формування різних видів професійних деструкцій особистості (психічного вигорання, професійної деформації, виученій безпорадності й т. д.). А життєстійкість є особистісною якістю, що створює основу для повноцінного фізичного, психічного й психологічного здоров'я фахівців ризиконебезпечних професій.

Один із психологічних конструктів, що запропонував американський психолог Сальвадоре Мадді й за допомогою якого вчені пояснюють здатність фахівців переборювати складні професійні ситуації, одержав назву «hardiness» [4]. У вітчизняній психології немає поняття, повністю ідентичного поняттю «життєстійкість» С. Мадді. Так, у вітчизняній літературі це слово перекладалося як «стійкість», «міцність» та ін., однак найбільш визнаним став переклад «життєстійкість». На думку С. Мадді, життєстійкість як внутрішній ресурс має у своїй структурі установки й навички, що дозволяють перетворювати стресові ситуації в нові можливості особистісного розвитку. У цю структуру входять установки включеності (участі в соціальній взаємодії, постійного контакту з оточуючими, що задає позицію співробітництва), контролю (прагнення впливати на життєві події на противагу відчуттю безпорадності, що задає цінність надійності) і виклику (прийняття життєвого ризику на противагу безпеки й зниженню напруг, що породжує цінність творчості). С. Мадді підкреслював значимість виразності всіх трьох елементів для збереження оптимального рівня праездатності й активності в стресових й екстремальних умовах.

На думку Д. О. Леонтьєва, життєстійкість характеризує міру здатності особистості витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню збалансованість і не знижуючи успішність діяльності [3]. Він визначає життєстійкість людини як її інтегральну характеристику, життєтворчість, що дозволяє опиратися негативним впливам середовища, ефективно переборюючи життєві труднощі, трансформуючи їх у ситуації розвитку. Життєстійкість як інтегративна особистісна якість, що забезпечує перетворення стресових подій у нові можливості й, що включає в себе також три елементи: залученість, контроль і прийняття ризику або «виклик».

Феномен життєстійкості може бути представлений як інтегральна характеристика індивідуальності людини, що складається зі значимих елементів: психофізіологічного, індивідуально-значеннєвого й соціально-психологічного рівнів, які в певних стресових ситуаціях проявляються як єдиний комплекс, що сприяє успішному їхньому подоланню. У зарубіжних дослідженнях життєстійкість представлена більшою мірою з погляду її зв'язку з адаптацією до стресу, психічного й психологічного здоров'я. С. Ханг, розглядаючи взаємозв'язок життєстійкості й стресу, прийшов до висновку про те, що люди з високим ступенем виразності якостей життєстійкості мають більшу ймовірність залишитися здоровими й сприймати життєві зміни як позитивні [1].

Зарубіжні психологи В. Флоріан, М. Мікулінчер й О. Таубман у своєму дослідженні виявили, що високий рівень життєстійкості сприяє збереженню психічного здоров'я в напруженій ситуації, що можна розглядати як умову попередження розвитку професійних деструкцій [2].

Таким чином, проведений теоретичний аналіз наукової літератури довів актуальність дослідження життєстійкості і її елементів у пожежних-рятувальників, специфіка професійної діяльності яких характеризується неординарністю й непередбачуваністю розвитку професійних ситуацій при суворій регламентації службових обов'язків, підвищеним рівнем відповідальності за життя інших людей, необхідністю прийняття самостійних і своєчасних рішень в екстремальних умовах.

Метою нашого дослідження було вивчення рівня життєстійкості і її взаємозв'язок із професійною деформацією пожежних-рятувальників.

Аналіз середніх значень показників життєстійкості пожежних-рятувальників, отриманих за допомогою опитувальника життєстійкості (С. Мадді) в адаптації Д. О. Леонтьєва, свідчить про високий рівень виразності життєстійкості та її елементів: залученості, контролю й прийняття ризику. Дослідження взаємозв'язків життєстійкості й професійної деформації свідчить про наявність зворотної кореляційної залежності між життєстійкістю й професійною деформацією.

Проаналізовані в даній роботі результати підтверджуються рядом емпіричних досліджень, як вітчизняних, так і зарубіжних авторів, які життєстійкість розглядають як індикатор психологічного здоров'я й професійного довголіття фахівців екстремального профілю. Ці дані можна розглядати як основу для розробки системи психологічного консультування й психопрофілактики розвитку професійних деструкцій і формування оптимального рівня життєстійкості в умовах екстремальної професійної діяльності.

Список використаних джерел

1. Агапитова Е. С. Психологические ресурсы жизнестойкости и проблема предупреждения эмоционального выгорания у сотрудников МЧС / Е. С. Агапитова, Н. А. Левина // Социально-экономические явления и процессы. – 2012. – № 7–8 (41–42). – С. 238–243.
2. Агапитова Е. С. Жизнестойкость как внутренний ресурс, препятствующий возникновению эмоционального выгорания у сотрудников МЧС / Е. С. Агапитова // Материалы Междунар. молодеж. науч. форума «ЛЮМОНОСОВ – 2012» / отв. ред. А. И. Андреев [и др.]. – М., 2012. – С. 1–2.
3. Леонтьев Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Расказова. – М. : Смысл, 2006. – 63 с.
4. Мадди С. Теории личности: сравнительный анализ / С. Мадди ; пер. с англ. И. Авидона, А. Батустина, П. Румянцевой. – СПб. : Речь, 2002. – 539 с.

Одержано 24.02.2016

В статье феномен жизнестойкости рассматривается как индикатор психологического здоровья и профессионального долголетия специалистов экстремального профиля. Показано, что спасатели имеют высокий уровень жизнестойкости и ее элементов, также доказано наличие обратной корреляционной зависимости между жизнестойкостью и профессиональной деформацией. Эти данные можно рассматривать как основу для разработки системы психологического консультирования и психопрофилактики развития профессиональных деструкций и формирование оптимального уровня жизнестойкости в условиях экстремальной профессиональной деятельности.

Ключевые слова: жизнестойкость, профессиональные деструкции, экстремальные условия деятельности.

In the article the phenomenon of resilience is seen as an indicator of mental health and extreme longevity professional profile of experts. It is shown that rescuers have a high level of resilience and its elements, as shown an inverse correlation between viability and professional deformation. These data can be regarded as the basis for the development of the system of counseling and psycho-development of professional destruction and the formation of an optimum level of resilience in extreme conditions of professional activity.

Keywords: resilience, professional degradation, extreme conditions of activity.

