**Склень Олексій Іванович. Психологічні особливості поведінкових стратегій подолання стресу в професійній діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України : Дис... канд. наук: 19.00.09 – 2008**

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **Склень О.І. Психологічні особливості поведінкових стратегій подолання стресу в професійній діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України.** – Рукопис.  Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.09 – «Психологія діяльності в особливих умовах». – Університет цивільного захисту України. - Харків, 2008.  У дисертації наведене теоретичне узагальнення і нове вирішення наукової проблеми, що виявляється в розкритті сутності копінг-поведінки працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України, виявленні особливостей структури їх базових копінг-стратегій та особистісних копінг-ресурсів.  Під час дослідження автором достовірно доведено, що у відповідь на вплив стресогенної ситуації поведінка працівника пожежно-рятувального підрозділу МНС України може бути: адаптивною, псевдоадаптивною або дезадаптивною.  При вивченні особливостей копінг-поведінки фахівців-пожежних з різним професійним досвідом існує прямий помірний за силою кореляційний зв’язок між категорією стажу та ефективною формою копінг-поведінки. Встановлено, що найменш досвідчені пожежні (стаж служби менше 5 років) для подолання стресу здебільшого обирають активні та асоціальні копінг-стратегії. Для вогнеборців, стаж служби яких становить від 5 до 10 років, характерним є обрання пасивних непрямих та просоціальних форм подолання стресу. Найбільш досвідченим фахівцям характерне використання в умовах надзвичайної ситуації просоціальної та активної копінг-стратегій.  Встановлено взаємозв’язок між ефективністю копінг-поведінки та рядом індивідуально-психологічних особливостей пожежних. Відмічено, що адаптивну форму копінгу здебільшого визначають стаж служби фахівця, інтелектуальний рівень особистості та вольові особливості працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України. Окрім цього, вирішальна роль у забезпеченні ефективності подолання стресу відводиться комунікативній складовій особистості, до якої відноситься вміння працювати в команді, здатність встановлювати та підтримувати контакти тощо. | |
| |  | | --- | | У дисертації наведено теоретичне узагальнення і нове вирішення наукової проблеми, що виявляється в розкритті сутності копінг-поведінки працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України, виявленні особливостей структури їх базових копінг-стратегій та особистісних копінг-ресурсів.  ***І. Загальнотеоретичний та методологічний рівні розгляду даної проблеми дозволяють сформулювати ряд положень, що сприяють більш повному розумінню цього питання у сфері психологічних досліджень:***  1. Копінг-поведінка в сучасній психологічній науці визначається як поведінка, що спрямована на усунення або зменшення сили впливу стресогенного фактора на особистість.  На сьогоднішній день виділяються три основних підходи в розумінні визначення «копінг»: відповідно до его-орієнтованого підходу копінг-процес розглядається як специфічний его-механізм, спрямований на продуктивну адаптацію особистості у скрутних ситуаціях, до якого людина вдається з метою порятунку від внутрішнього напруження; відповідно до другого підходу, копінг-поведінка обумовлюється відносно стійкими особистісними передумовами, що визначають реакцію людини на той або інший стресовий фактор (згідно з цією теорією, саме стійкі передумови особистості (її риси) є основним чинником, що визначає вибір людиною того або іншого способу поведінки у стресовій ситуації); відповідно до когнітивно-феноменологічної теорії Р. Лазаруса і С. Фолкмана, що відноситься до третього підходу і є на сьогоднішній день найпоширенішою теорією, копінг виступає як динамічний процес, що залежить як від специфіки ситуації, фази зіткнення зі стресовим фактором, так і від когнітивної оцінки стресора самою людиною.  2. Для совладання зі стресом кожна людина використовує власні стратегії (копінг-стратегії) на основі наявного у неї особистісного досвіду (особистісні ресурси або копінг-ресурси). Тому копінг-поведінку необхідно розглядати як результат взаємодії копінг-стратегій (способи управління стресовим фактором, що виникають як відповідь особистості на сприйману загрозу) та копінг-ресурсів (відносно стабільні характеристики людей і стресу, які сприяють розвитку способів совладання з ним).  На сьогоднішній деньвиділяють три види копінгу: копінг, націлений на оцінку (розглядають як подолання стресу, що включає в себе спроби визначити значення ситуації й ввести в дію стратегії - логічний аналіз, когнітивна переоцінка й т. ін.); копінг, націлений на проблему (розглядають як совладання зі стресом, що має на меті модифікувати, зменшити або усунути джерело стресу), та копінг, націлений на емоції (визначають як подолання стресу, що включає в себе когнітивні, поведінкові зусилля, за допомогою яких особистість намагається зменшити емоційну напругу).  3. У професійній діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України існують 4 основні типи стресових ситуацій: перший тип ситуацій пов'язаний з постійною повсякденною діяльністю пожежних і характеризується умовами діяльності, до яких працівник звик, тобто він знає, як, коли і що треба робити, у нього існує набір звичних способів поведінки в даних ситуаціях. Ці ситуації не являють собою загрозу для пожежного-рятувальника, у всякому разі вони так оцінюються ним самим; ситуації другого типу характеризуються порушенням параметрів звичності, стандартності поведінки в цілому або в якійсь конкретній дії. Ці ситуації, як і перші, не несуть у собі загрозу для життя й здоров'я працівника; ситуації третього типу відрізняються від ситуацій першого та другого типу наявністю елементів небезпеки й ризику, разом з тим діяльність в умовах цих ситуацій здійснюється за відомими працівнику канонами і стандартами; ситуації четвертого типу виникають в умовах небезпеки й ризику, а також повної або майже повної невідомості щодо алгоритмів своєї діяльності для досягнення поставленої мети.  У відповідь на вплив ситуації будь-якого типу поведінка працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України може бути: адаптивною (тобто адекватною ситуації й націленою на вирішення проблем, викликаних цією ситуацією); псевдоадаптивною (імітація діяльності без досягнення мети або з частковим її досягненням) або дезадаптивною (тобто такою, що ухиляється від вирішення проблеми).  Серед професійних стресових факторів, що справляють негативний вплив на фахівців-пожежних, найбільш травматичними є: «неможливість урятувати постраждалих», «загибель (поранення) дітей» та «загибель (поранення) колег». Ці стрес-фактори є найбільш важкими для всіх пожежних-рятувальників, незалежно від показника їх професійного досвіду.  4. При вивченні особливостей копінг-поведінки фахівців-пожежних з різним професійним досвідом існує прямий помірний за силою кореляційний зв’язок між категорією стажу та ефективною формою копінг-поведінки. Встановлено, що найменш досвідчені пожежні (стаж служби менше 5 років) для подолання стресу обирають здебільшого активні та асоціальні копінг-стратегії. Для вогнеборців, стаж служби яких становить від 5 до 10 років, характерним є обрання пасивних непрямих та просоціальних форм подолання стресу. Найбільш досвідченим фахівцям характерне використання в умовах надзвичайної ситуації просоціальної та активної копінг-стратегій.  5. Встановлено взаємозв’язок між ефективністю копінг-поведінки та рядом індивідуально-психологічних особливостей пожежних. Відмічено, що адаптивну форму копінгу здебільшого визначають стаж служби фахівця, інтелектуальний рівень особистості та вольові особливості працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України. Окрім цього, вирішальна роль у забезпеченні ефективності подолання стресу відводиться комунікативній складовій особистості, до якої відноситься вміння працювати в команді, здатність встановлювати та підтримувати контакти тощо.  ***ІІ. Проекція загальнотеоретичних та методологічних положень і висновків, зроблених у процесі дослідження, дозволила одержати ряд результатів, що повніше розкривають особливості певного типу копінг-поведінки працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України:***  а) адаптивна модель поведінки працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України у стресових ситуаціях характеризується: переважанням достатньо високого рівня професійної мотивації, але дещо обтяженої проблемами побутової невлаштованості. Працівники цієї групи, як правило, рідко йдуть з МНС через небажання служити у зв'язку з професійними труднощами. Їм властива готовність до активного протистояння середовищу й усвідомлена спрямованість копінг-поведінки на джерело стресу; збалансованістю когнітивного, поведінкового та емоційного компонентів копінг-поведінки і розвиненістю її когнітивно-оцінних механізмів; домінування у стресовій ситуації свідомих компонентів реагування над несвідомими, повною раціональною керованістю поведінки в небезпечних і нестандартних ситуаціях, використанням відповідних копінг-стратегій з переважанням активних проблем – розв’язуючих і направлених на пошук соціальної підтримки стратегій; особистісно-середовищними копінг-ресурсами, що забезпечують психологічний фон подолання стресу і сприяють розвитку копінг-стратегій (позитивна Я-концепція, розвиненість сприйняття соціальної підтримки, інтернального локусу контролю над середовищем, емпатії, аффіліації, наявність ефективної соціальної підтримки з боку середовища та ін.); при виникненні стресових ситуацій працівники даної групи більшою мірою використовують для оцінки верхні семантичні рівні свідомості, в меншій мірі пристосування до ситуації має імпульсний, емоційний і несвідомий характер; професійне спілкування цих працівників, як правило, є коректним, стриманим, більш раціональним, ніж ірраціональним.  б) псевдоадаптивна модель поведінки працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України у стресових ситуаціях характеризується: зсувом акценту у професійній мотивації у бік «пошуку винуватого» у професійних невдачах; переважною спрямованістю копінг-поведінки не на стресор, а на реакцію виникаючого психоемоційного напруження, залежністю від середовища і псевдокомпенсаторним характером поведінкової активності; комплексним використанням як пасивних, так і активних базисних копінг-стратегій; використанням базисної копінг-стратегії пошуку соціальної підтримки, незбалансованістю функціонування когнітивної, поведінкової й емоційної складових копінг-поведінки; різким збільшенням домінування у психіці несвідомої складової із зростанням дії стресора; дефіцитом навиків активного використання копінг-стратегії вирішення проблем і заміною її на копінг-стратегію уникання; низькою ефективністю блоку особистісно-середовищних копінг-ресурсів як в цілому, так і окремих компонентів його структури (нестійка, негативна Я-концепція, низький рівень суб'єктивного сприйняття соціальної підтримки, нестійкий, низький рівень суб'єктивного інтернального локусу контролю над середовищем, відносно високий розвиток емпатії та аффіліації, відсутність розбіжності між реальним та ідеальним компонентами самооцінки).  в) дезадаптивна модель поведінки працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України у стресових ситуаціях характеризується: переважанням пасивних копінг-стратегій над активними; незбалансованістю функціонування когнітивного, поведінкового й емоційного компонентів копінг-поведінки; нерозвиненістю її когнітивно-оцінних механізмів; дефіцитом соціальних навиків вирішення проблем; переважанням в стресовій ситуації несвідомих механізмів регулювання поведінки над свідомим контролем; використанням базисної копінг-стратегії уникання як провідної в копінг-поведінці, разом з уживанням ситуаційно-специфічних копінг-стратегій, направлених на відхід від проблеми; змінами у професійній мотивації; відсутністю готовності до активної протидії середовищу; негативним ставленням до проблеми й оцінкою її як загрожуючої; псевдокомпенсаторним, захисним характером поведінкової активності; низьким функціональним рівнем копінг-поведінки; низьким рівнем рефлексії свідомості у стресових ситуаціях, відсутністю спрямованості процесу усвідомлення стресових впливів на сам стресор, високим рівнем психоемоційного напруження, низьким рівнем моральної відповідальності за свою поведінку, несформованістю навіть простих навиків професійного спілкування; низькою ефективністю функціонування блоку особистісно-середовищних копінг-ресурсів (погано сформованою Я-концепцією, нерозвиненістю сприйняття соціальної підтримки, емпатії, аффіліації, інтернального локусу контролю над середовищем, відсутністю ефективної соціальної підтримки навколишнього середовища тощо).  **Потребують подальшого вивчення** особливості використання базових копінг-стратегій та особистісних копінг-ресурсів працівниками конкретних спеціальностей в межах МНС України. | |