

УДК 159.944

**Дмитро Русланович КРАВЦОВ,**

*аспірант Харківського національного університету внутрішніх справ*

## **ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ СПЕЦІАЛІСТА ЕКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФІЛЮ**

*Здійснено теоретичний аналіз основних підходів поняття «психологічної стійкості». Розглянуто сукупність якостей, які забезпечують стійкість людини до екстремальних факторів.*

Однією з центральних проблем дослідження особистості в екстремальних умовах, є проблема формування та розвитку психологічної стійкості. Психологічна стійкість (до невизначеності стресу, до ризику, конфлікту) визначає психічне та соматичне здоров'я людини, охороняє його від дезінтеграції та особистісних розладів, створює основу внутрішньої гармонії.

Психологічна стійкість – це соціально – психологічна характеристика особистості, яка полягає в здібностях переносити екстраординальність ситуації, без будь якого збитку для себе, подолання її наслідків за допомогою певних способів, удосконалюючи особистість, підвищуючи рівень її адаптації і соціальну зрілість. Фактично ця характеристика означає наявність адаптивного потенціалу особистості, обумовлюючи її можливості в подоланні складних ситуацій.

В сучасній психологічній науці відбуваються спроби цілісного осмислення особистісних характеристик, відповідальних за успішну адаптацію та подолання важких життєвих ситуацій. Слід зазначити, що у дослідників немає єдиної думки відносно провідного компоненту психологічної стійкості. Одні науковці наголошують, що до провідного належить когнітивний компонент, інші – емоційний та вольовий (стресостійкість, емоційно – вольова стійкість) або мотиваційний компоненти. Деякі дослідники пропонують розглядати сукупність якостей, які забезпечують стійкість людини до екстремальних факторів. На наш погляд інтегративний підхід до розгляду цієї складної якості є найбільш перспективним.

А. Г. Маклаков ввів поняття «особистісний адаптаційний потенціал», який визначає стійкість людини до екстремальних факторів, а саме: характеристики: нервово – психічну стійкість, рівень розвитку якої забезпечує толерантність до стресу; самооцінку особистості визначаючу ступінь адекватності сприйняття умов діяльності та своїх можливостей, відчуття соціальної підтримки, обумовлююче почуття особистості, значущості для оточуючих; рівень конфліктності особистості – досвід соціального спілкування. Всі ці перераховані характеристики автор вважає значимими при оцінці швидкості встановлення психічної рівноваги [1].

Г. С. Нікіфоров розглядає психологічну стійкість, як складну якість особистості, рівень якої проявляється в її професійній діяльності, надійності робітника. Психологічна стійкість представляє собою синтез окремих якостей рівновагу та здібності, в яких об'єднуються стійкість, стабільність та резистентність [2].

Рівноваженість – це здібність утримувати рівень напруження, не виходячи за рамки дозволеного ( не доводячи до руйнівного стресу). Стійкість – це здібність протистояти труднощам, зберігаючи віру в ситуації фрустрації. Стабільність – постійний рівень настрою. Опір полягає в здібностях особистості зберігати свободу поведінки та обрання способу життя, а також свободу від інших видів залежності.

Різні аспекти психологічної стійкості знайшли своє відображення в зарубіжній науці. С. Кобаса запропонував поняття *Hardiness* – *особливості особистості, яке у вітчизняній літературі перекладається як вимогливість, стійкість або життєстійкість, сміливість, відвага тощо* [3]. В подальшому це поняття розглядалось в роботах С. Мадди, як інтегративна якість особистості, яка є показником психічного здоров'я людини [4].

Запропоноване С. Кобасою поняття включає три компоненти: обов'язковість та здібність прийняти виклик.

Обов'язковість – це тенденція повністю віддаватися своїй справі. Включеність це найважливіше визначення себе та оточуючого світу, а також характер їх взаємодії. Воно дає сили, мотивує особистість до реалізації, здорового способу життя, а також дає можливість почувати себе значимим та достатньо цінним, щоб повністю зануритися у вирішення завдань, не дивлячись на стресогенні фактори та зміни.

Контроль – це тенденція мислити та робити так, ніби то існує реальна можливість впливати на хід подій. Це якість, яка мотивує до пошуку впливу на результати стрессогенних змін, та не дозволяє людині потрапити в стан безпорадності та пасивності. Володіючи контролем, людина впевнена що будь яку важку ситуацію можна перетворити так, що вона буде співпадати з життєвими планами людини, буде чимось корисним для особистості, оцінюючи навіть трагічні події людини - занижує їх значимість, тим самим зменшуючи психотравмуючий ефект.

Виклик (здібність прийняти виклик) це сприйняття небезпечних складних завдань, які знаменують собою чергові повороти мінливого життя, що спонукає людину до безперервного росту. Це здібність переживати будь які події, як стимул для розвитку власних здібностей.

Таким чином, існує повний комплекс особистісних якостей, що сприяє адаптивному, нетравмуючому переживанню екстремальних ситуацій що забезпечують успішність подолання їх наслідків, що може бути характеристикою особистості, а саме психологічна стійкість до екстремальних умов.

Такими чином психологічна стійкість – це якість особистості спеціаліста, що включає в себе здібності не піддаватися несприятливим обставинам при виконання завдань, не знижувати під їх впливом якість виконання професійних дій.

Рівень психологічної стійкості спеціаліста, з однієї сторони, проявляється в надійності професійної діяльності. З іншої, успішна професійна діяльність для багатьох є базисом для повноцінного переживання самореалізації та задоволеністю життям в цілому, що в свою чергу підвищує рівень психологічної стійкості.

### **Список бібліографічних посилань**

1. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. *Психологический журнал*. 2001. Т. 22, № 1. С. 16–24.
2. Психология здоровья : учеб. / под ред. Г. С. Никифорова. СПб. : Питер. 2003. 607 с.
3. Kobasa S. C. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. Vol. 37 (1), Pp. 1–11.
4. Maddi S. R., Khoshiba D. M. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*. 1994. Vol. 63, No. 2. Pp. 265–274.

*Отримано 24.02.2020*



УДК 159.94(07)

**Марина Юрїївна ЛУКАШЕНКО,**

*аспірант докторантури та аспірантури кафедри юридичної психології  
Національної академії внутрішніх справ (м. Київ)*

## **СТРЕС-ФАКТОР ЯК ЧИННИК ВИНИКНЕННЯ НЕГАТИВНИХ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ПРАЦІВНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ**

*Розглянуто основні умовні класифікації психічних станів за спрямованістю й силою прояву. Розкрито вплив умов виконання професійної діяльності на особистість працівника Національної поліції. Визначено роль психоемоційного напруження як фактора виникнення негативних психоемоційних станів.*

Виконання професійних обов'язків співробітниками Національної поліції, здійснюється в особливих умовах, тому передбачає всебічну підготовку поліцейського. Зростають вимоги до професійно важливих якостей особистості поліцейського та рівня психологічної готовності [1, с. 62]. Необхідно зазначити, що наскільки б якісною не була підготовка майбутнього поліцейського до несення служби в нових психологічних та соціальних умовах, повністю передбачити динаміку емоційного стану та визначити майбутні реакції, досить складно. Особливості виконання