

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Національний аерокосмічний університет ім. М.Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Гуманітарно–правовий факультет

Кафедра психології

Кваліфікаційна робота

(тип кваліфікаційної роботи)

Магістр

(освітній ступінь)

на тему «Особливості нервово–психічної стійкості співробітників
протипожежної служби (в контексті особистісних якостей)»

ХАІ.704.7–96п1.24О.053.10693548 КР

Виконав: здобувачка 6 курсу групи № 7–96п1

Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
(код та найменування)

Спеціальність 053 «Психологія»
(код та найменування)

Освітня програма «Психологічне консультування
та психотерапія»
(найменування)

Анна ХРИСТЕНКО
(ім'я та прізвище)

Керівник: Євгенія ЯКУШЕВА
(ім'я та прізвище)

Рецензент: Дмитро ПРИХОДЬКО
(ім'я та прізвище)

Харків – 2024

Міністерство освіти і науки України
Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Факультет Гуманітарно–правовий факультет

Кафедра психології

Рівень вищої освіти другий магістерський

Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»

(код і найменування)

Спеціальність 053 «Психологія»

(код і найменування)

Освітня програма «Психологічне консультування та психотерапія»

(найменування)

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

Юрій ГУЛІЙ

(підпис)

(ініціали та прізвище)

«10» вересня 2023 р.

ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Христенко Анна Вікторівна

(прізвище, ім'я та по батькові)

1. Тема кваліфікаційної роботи «Особливості нервово–психічної стійкості співробітників протипожежної служби (в контексті особистісних якостей)»

керівник кваліфікаційної роботи Якушева Є. М., кандидат психол. наук, доцент

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом Університету №2043–уч від «27» листопада 2023 року.

2. Термін подання здобувачем кваліфікаційної роботи «10» січня 2024 р.

3. Вихідні дані до роботи вивчити особливості нервово–психічної стійкості працівників державної протипожежної служби у контексті особистісних якостей.

4. Зміст пояснювальної записки (перелік завдань, які потрібно розв'язати) провести теоретико–методологічний аналіз вітчизняної та зарубіжної літератури щодо проблеми нервово–психічної стійкості особистості, поняття та концепції нервово–психічної стійкості; вивчити особливості умов роботи працівників державної протипожежної служби у взаємозв'язку з нервово–психічною стійкістю особистості та особистісними якостями; теоретично дослідити формування нервово–психічної стійкості працівників протипожежної служби; розробити та провести емпіричне дослідження особливостей нервово–психічної стійкості та особистісних якостей співробітників державної протипожежної служби, проаналізувати взаємозв'язок нервово–психічної стійкості з особистісними особливостями співробітників державної протипожежної служби; запропонувати рекомендації щодо профілактики нервово–психічних зривів у професійній діяльності для співробітників державної протипожежної служби.

5. Перелік графічного матеріалу:

Рис. – 4

Табл. – 3

6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
1	<i>Якушева Є. М., кандидат психологічних наук, доцент каф.704</i>	22.09.23	15.10.23
2	<i>Якушева Є. М., кандидат психологічних наук, доцент каф.704</i>	18.10.23	23.10.23
3	<i>Якушева Є. М., кандидат психологічних наук, доцент каф.704</i>	14.12.23	20.12.23

Нормоконтроль _____ Світлана КУЗЬМІНОВА «10» січня 2024 р.
(підпис) (ім'я та прізвище)

7. Дата видачі завдання «10» вересня 2023 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів кваліфікаційної роботи	Примітка
1.	Затвердження теми, мети та завдань роботи.	10.09.23–17.09.23	
2.	Складання плану роботи.	18.09.23–21.09.23	
3.	Аналіз літературних джерел. Написання першого розділу роботи.	22.09.23–15.10.23	
4.	Планування дослідження та підбір методик. Написання другого розділу роботи.	18.10.23–23.10.23	
5.	Проведення дослідження.	24.10.23–31.11.23	
6.	Статистична обробка отриманих даних.	01.12.23–13.12.23	
7.	Написання третього розділу роботи.	14.12. 23–20.12.23	
8.	Написання загальних висновків по роботі та оформлення тексту роботи.	21.12. 23–25.12.23	
9.	Передзахист.	26.12.2023	
10.	Внесення коректив до роботи.	27.12.23–30.12.23	
11.	Оформлення та підписання відповідної документації(висновок керівника, висновок кафедри, рецензія та довідка на предмет наявності порушень академічної доброчесності).	02.01.24–06.01.24	
12.	Підготовка електронної презентації та тексту доповіді.	07.01.24–09.01.24	
13.	Строк подання здобувачем роботи на кафедру.	10.01.24	
14.	Захист.	16–19, 22.01.24	

Здобувач

_____ (підпис)

Анна ХРИСТЕНКО

(ім'я та прізвище)

Керівник кваліфікаційної роботи

_____ (підпис)

Євгенія ЯКУШЕВА

(ім'я та прізвище)

Реферат

Кваліфікаційна робота: 60 с., 3 табл., 4 рис., 3 дод., 43 джерел.

Ключові слова: НЕРОВО–ПСИХІЧНА СТІЙКІСТЬ, ОСОБИСТІСНІ ЯКОСТІ, ОСОБИСТІСТЬ, СТРЕС, САМОРЕГУЛЯЦІЯ.

Об'єкт – нервово–психічна стійкість особистості. **Предмет** – взаємозв'язок нервово–психічної стійкості та особистісних якостей співробітників державної протипожежної служби. **Мета** – вивчити особливості нервово–психічної стійкості працівників державної протипожежної служби у контексті особистісних якостей. **Методи:** теоретичний аналіз дослідження; психодіагностичний; методи математичної статистики. **Висновки:** було визначено, що найефективнішим методом у межах даного дослідження виступає когнітивно–поведінковий підхід. На основі цього підходу було виділено техніки та вправи для співробітників протипожежної служби. Було запропоновано рекомендації для співробітників протипожежної служби щодо підвищення нервово–психічної стійкості та зменшення ймовірності нервово–психічних зривів у професійній діяльності.

Abstract

Qualification work: 60 p., 3 tabl., 4 figs., 3 app., 43 sources.

Keywords: NEURO–MENTAL RESISTANCE, PERSONAL QUALITIES, PERSONALITY, STRESS, SELF–REGULATION.

The object of the research is neuropsychological stability of the individual. **The subject of research is** relationship between neuropsychological stability and personal qualities of employees of the state fire service. **The purpose of the work is** neuropsychological stability of employees of the state fire service in the context of personal qualities. **Research methods:** theoretical analysis of the research; psychodiagnostic; methods of mathematical statistics. **Conclusions:** it was determined that the most effective method within the scope of this study is the cognitive–behavioral approach. Based on this approach, techniques and exercises for fire service personnel were selected. Recommendations were offered for employees of the fire service to increase neuropsychological stability and reduce the likelihood of neuropsychological breakdowns in professional activities.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
Розділ 1 ТЕОРЕТИКО–МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДСТАВИ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ НЕРВОВО–ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ДЕРЖАВНОЇ ПРОТИПОЖЕЖНОЇ СЛУЖБИ В КОНТЕКСТІ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ.....	4
1.1 Поняття та концепції нервово–психічної стійкості.....	4
1.2 Особливості професійної діяльності та особистісних якостей співробітників протипожежної служби.....	15
1.3 Формування нервово–психічної стійкості працівників протипожежної служби.....	20
Розділ 2 ПРОЦЕДУРА ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	26
2.1 Характеристика вибірки.....	26
2.2 Методи дослідження.....	26
Розділ 3 ДОСЛІДЖЕННЯ НЕРВОВО–ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СПІВРОБІТНИКІВ ДЕРЖАВНОЇ ПРОТИПОЖЕЖНОЇ СЛУЖБИ ГУ ДСНС В КОНТЕКСТІ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ.....	30
3.1 Результати дослідження нервово–психічної стійкості співробітників протипожежної служби в контексті особистісних якостей.....	30
3.2 Профілактика нервово–психічних зривів у професійній діяльності співробітників протипожежної служби.....	41
ВИСНОВКИ	45
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ.....	47
ДОДАТОК А Результати однофакторного дисперсійного аналізу.....	51
ДОДАТОК Б Результати кореляційного аналізу Спірмена.....	54
ДОДАТОК В Результати факторного аналізу.....	59

ВСТУП

Актуальність. Не тільки стійкі особистісні якості, але й тимчасові зрушення, які виникають в організмі та формуються як психічні стани, впливають на діяльність людини та її результати.

Готовність до професійної діяльності в основному залежить від психічних станів особистості, оскільки більшу частину часу людина проводить на роботі, спілкуючись з колегами, взаємодіючи з ними і виконуючи завдання. Всі ці дії значною мірою залежать від особистісних якостей, характеру та домінуючих психічних станів.

Ця теорія також стосується психології діяльності працівників протипожежної служби, оскільки їхня успішна робота при ліквідації надзвичайних ситуацій залежить від їх професійної, фізичної та психологічної підготовки. Це означає, що керівники та працівники протипожежної служби повинні мати знання про психічні стани та вміти управляти ними, а також вміти запобігати та боротися з негативними емоційними станами.

Проблема нервово–психічної стійкості у важких і екстремальних життєвих ситуаціях розкрита в працях М. І. Дяченко, Л. М. Аболін, В. А. Пономаренко, М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, Т. С. Максименко, Я. О. Овсяннікова та інші.

Проблема вивчення нервово–психічної стійкості вже добре досліджена в психології, але ще не достатньо досліджена проблема формування цієї стійкості серед працівників протипожежної служби з урахуванням їхніх особистісних особливостей.

Об'єкт – нервово–психічна стійкість особистості.

Предмет – взаємозв'язок нервово–психічної стійкості та особистісних якостей співробітників державної протипожежної служби.

Мета – вивчити особливості нервово–психічної стійкості працівників державної протипожежної служби у контексті особистісних якостей.

Відповідно до даної мети були поставлені наступні завдання:

1. Провести теоретико–методологічний аналіз вітчизняної та зарубіжної літератури щодо проблеми нервово–психічної стійкості особистості;
2. Вивчити особливості умов роботи працівників державної протипожежної служби у взаємозв'язку з нервово–психічною стійкістю особистості та особистісними якостями;
3. Теоретично дослідити формування нервово–психічної стійкості працівників протипожежної служби;
4. Розробити та провести емпіричне дослідження особливостей нервово–психічної стійкості та особистісних якостей співробітників державної протипожежної служби, проаналізувати взаємозв'язок нервово–психічної стійкості з особистісними особливостями співробітників державної протипожежної служби;
5. Запропонувати рекомендації щодо профілактики нервово–психічних зривів у професійній діяльності для співробітників державної протипожежної служби.

Методи дослідження: теоретичні; психодіагностичні (анкета оцінки нервово–психічної стійкості «Прогноз» В. Ю. Рибнікова, методика «Багатостороннього дослідження особистості» Ф. Березін, 16 PF опитувальник Р. Б. Кеттел); та методи математичної статистики (кореляційний аналіз Спірмена, Дисперсійний аналіз, факторний аналіз).

Вибірка: у дослідженні прийняли участь 38 чоловіків, віком 30–35 років, зі стажем роботи 4–5 років, які є співробітниками підрозділу ГУ ДСНС України в Харківській області.

Розділ 1 ТЕОРЕТИКО–МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДСТАВИ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ НЕРОВО–ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ДЕРЖАВНОЇ ПРОТИПОЖЕЖНОЇ СЛУЖБИ В КОНТЕКСТІ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ

1.1 Поняття та концепції нерово–психічної стійкості

Багато авторів схиляються до ідеї, що нерово–психічна стійкість особистості це здатність протистояти труднощам, контролювати свої емоції, проявляти самовладання витримку і такт. Це багатогранне та мультифакторне поняття, що містить у собі комплекс абсолютно всіх особистісних якостей індивіда, які надають можливість зберігати контроль та працездатність в екстремальних умовах середовища (психологічних, соціальних та інших), адекватно сприймати сильні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження, що відображають характерні риси професійної діяльності, без негативних наслідків для власної діяльності, діяльності оточуючих, а також свого здоров'я [1, 4, 6, 10, 21, 23, 24].

Деяка група вчених, однак, стверджує, що індивід повинен прислухатися до себе і до своїх внутрішніх відчуттів, щоб мати можливість провести суб'єктивну оцінку своєї нерово–психічної стійкості [5, 16, 25].

Наприклад, К. В. Судаков дає визначення нерово–психічної стійкості як певного особливого взаємозв'язку загальної кількості складових психічної діяльності, до яких належать емоційні складові. Це пояснюється тим, що існує деяка особливість індивіда як особистості, яка сприяє побудові гармонійної системи складових психічної діяльності у тому чи іншому емоціогенному моменті. Іншими словами, вона допомагає індивіду успішно здійснювати свою діяльність [43], а Т. В. Маясова вважає, що стійкість, можливо, може бути невиправданим явищем, яке визначає нездатність адекватно відображати ситуацію, що змінилася і вказує на відсутність гнучкості і пристосовності до середовища чи ситуації. Крім цього, він пропонує своє бачення нерово–психічної стійкості, маючи на увазі під нею інтегративна властивість особистості, що характеризується такою взаємодією інтелектуальних, емоційних, вольових та мотиваційних компонентів психічної

діяльності людини, яка забезпечує оптимальне успішне досягнення мети діяльності у емоційній ситуації, що виникла [32].

Деякі інші вчені припускають, що під нервово–психічною стійкістю мається на увазі індивідуальна здатність людини зберігати нормальну працездатність під час складної чи стресової ситуації. Загалом це визначення дає можливість щодо просто визначати момент настання стресу через зниження працездатності та загальної ефективності трудової діяльності, проте, з іншого боку, воно ігнорує витрату внутрішніх ресурсів організму, яку він «платить» за підтримку поточної працездатності. [35]. Резюмуючи вищесказане, можна зробити висновок, що на даний момент ще неможливо дати універсальний опис нервово–психічної стійкості індивіда, оскільки кожен індивід відрізняється від іншого системою цінностей, різним життєвим досвідом, уподобаннями, потребами, потребами та багатьом іншим [38]. Однак, варто зазначити, що й саме поняття норма є відносним.

Нервово–психічна стійкість – визначення, що відображає інтегративну властивість особистості. Ця властивість залежить від ступеня переплетення емоційних, мотиваційних, стіничних та інтелектуальних складових психічної діяльності індивіда. Ця властивість дозволяє індивіду навіть за умов сильного стресу чи емоційного збудження досягати намічених цілей.

Як показало вивчення наукової літератури, існує взаємозв'язок нервово–психічної стійкості та низки особистісних якостей людини. Наприклад, особи, за класифікацією В. А. Магда мають внутрішній «локусом» контролю своєї діяльності – таких людей називають «інтерналами» (не мають потреби у зовнішній підтримці оточуючих, що мають особисту позицію і спираються виключно на неї, мають внутрішню опору та впевненість), менш піддаються дистресу в екстремальних обставинах за соціального впливу, ніж «екстернали». Останні характеризуються зовнішнім «локусом» контролю (що не мають власної думки, потребують заохочення, болісно реагують на засудження та критику, більше розраховують на випадок, на долю, що не мають опори та невпевнені в собі) [27].

Нервово–психічна стійкість – це єдина характеристика, визначальна схильність індивіда до стресу. Величезний вплив на прагнення особистості

дистресу може визначати стиль життя людини. Деякі дії, звички можуть бути джерелом додаткового стресу, наприклад, переїдання, схильність до різних залежностей, малорухливий спосіб життя, надмірне вживання спиртного і т. д. У цьому випадку загальна опірність до стресу у людини зменшується і збільшується ймовірність виникнення дистресу. Крім способу життя на схильність людини до стрес впливають характерні способи боротьби зі стресом. Вивчення поведінки людини в екстремальних умовах призвело до виявлення механізмів боротьби або копінг–механізмів, які визначають успішність або неуспішність адаптації [15].

Виділено такі компоненти нервово–психічної стійкості: конативний (поведінковий); емотивний; когнітивний та мотиваційний.

Конативний (поведінковий) компонент нервово–психічної стійкості виявляється, насамперед, у толерантності до стресу, тобто у вмінні протистояти несприятливим подіям та конструктивно долати їх. Ця здатність виявляється у конструктивної і продуктивної діяльності, враховує специфіку ситуації, у якій перебуває працівник, виконуючи професійні дії.

Емотивний компонент нервово–психічної стійкості виражається, в основному, у контролі власної імпульсивності, тобто в умінні стримувати або відкладати імпульс, спокуса, порив до емоційної реакції, збереження власного спокою та створення сприятливої атмосфери для ефективної та якісної діяльності в кризових, критичних та небезпечних ситуаціях.

Когнітивний компонент нервово–психічної стійкості – це, в першу чергу, знання про природу стресу, про способи, методи, техніки і технології оволодіння стресом та напрямки на конструктив.

Мотиваційний компонент нервово–психічної стійкості у тому, що, попри важкі і навіть кризові умови праці, співробітник може шукати ресурси для продуктивної та результативної професійної діяльності.

Необхідно відзначити, що кожна людина має свій потенціал реагування та подолання екстремальної ситуації. При цьому її характер та інтенсивність обумовлені рівнем невідповідності між вимогами цієї ситуації та потенціалами реагування.

Нервово–психічна стійкість забезпечуватиме високу ефективність діяльності та збереже здоров'я та професійний потенціал, якщо співробітник матиме компетентність, що стосується вирішення професійних завдань в умовах стресової та важкої ситуації.

Нервово–психічно стійка людина, в різних умовах, здатна реалізовувати поставлену перед нею завдання. Його ніяк не відволікають: гул, чужі проблеми, заздрість колег, особисті проблеми та труднощі. Така людина завжди відрізняється – спокійна, врівноважена, завжди впевнена в собі, самодостатня, має власну думку і спирається виключно на неї. Це людина – лідер. З будь–якої, навіть найскладнішої ситуації (пожежа, потоп, повінь тощо) він знайде спосіб вийти. Грубість, агресію, зухвалість, висміювання, інтриги за спиною він не помічає.

Однак, щоб успішно долати стрес потрібно враховувати низку моментів [8]:

1. Ефективний тайм–менеджмент;
2. Оптимізм;
3. Відпочинок та розслаблення;
4. Здатність до розуміння власних емоцій та почуттів;
5. Самовладання та позитивний настрій.

Термін «нервово–психічна нестійкість» це схильність до зривів нервової системи в ситуації вираженої фізичної та психічної напруги [30]. Протилежним за значенням є термін «нервово–психічна стійкість», він означає здатність особистості адаптуватися до діяльності в несприятливих умовах професійного середовища.

Професор В. В. Кафідов вважає, що рівень нервово–психічної стійкості здатний змінюватися під впливом зовнішніх несприятливих чинників професійного середовища.

М. С. Корольчук визначає нервово–психічну стійкість як процес успішної адаптації у неблагополучній обстановці, або вміння до швидкого відновлення після стресу, негативних впливів, травми чи загрози життю [23].

Перелічимо авторів–співвітчизників, які присвятили свою наукову діяльність вивченню нервово–психічної стійкості індивіда в екстремальних ситуаціях. Це М.

І. Дяченко, Л. М. Аболін, В. А. Пономаренко, М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, Т. С. Максименко, Я. О. Овсяннікова [1, 16, 23, 30, 36].

Незважаючи на протиріччя, відмінність у підходах всі вони дійшли єдиної тези про те, що найбільшу цінність представляє підхід до дослідження нервово–психічної стійкості індивіда, який бере за фундамент розуміння стійкості як психічний стан, з одного боку, і властивості окремої особистості, з іншої, які спільно дають результат у вигляді стійкої поведінки індивіда в екстремальних ситуаціях.

Термін набув максимальної значущості та важливості в ситуаціях, де виражені фізичні та психічні навантаження, в умовах, коли організм відчуває напругу.

До основних компонентів нервово–психічної стійкості відносяться:

1. Ефективність та результативність діяльності в емоціогенній ситуації;
2. Уміння особистості зберігати спокій і приборкати емоції;
3. Контроль своєї поведінки; цілеспрямованість у досягненні цілей, толерантність до самого себе та оточуючих [15].

Система цих компонентів дає можливість розмірковувати про хорошу нервово–психічну стійкість, і як наслідок, вміння максимально ефективно вести професійну діяльність незалежно від рівня складності та екстремальності. Тобто, індивід має здатність пристосування та витримки [40].

Нервово–психічна нестійкість характеризується імпульсивністю, непослідовністю та непередбачуваністю у поведінці, а також демонстративністю та проявом психотичних реакцій.

До причин, що формують нервово–психічну нестійкість, належать:

1. Генетичні фактори, спадковість, характерні риси формування нервових процесів, що мають великий вплив на вираженість та прояв ключових властивостей нервової системи;
2. Фактори органічної природи, екзогенні фактори – адиктивні розлади, наприклад, алкоголізм, наркоманія чи токсикоманія, які можуть призвести до порушення емоційного регулювання та пізнавальної сфери;

3. Фактори впливу макро та мікро соціального середовища, наприклад, соціальна чи педагогічна занедбаність, яка може призвести до розвитку акцентуацій характеру та імпульсивності у поведінці [28].

Необхідно розглянути також рівні психологічного стресу: еустрес, екстрес, дистрес та гіперстрес [24].

Так, психологічний еустрес – це оптимальна, беззастережно сприятлива для людини та її життєдіяльності неспецифічна активність психіки. У свою чергу – неспецифічна активність психіки індивіда, іншими словами, висока сумарна енергетична активність, це різка витрата внутрішнього ресурсу організму в нестандартному або стресовій ситуації. Примітно, що розмір неспецифічної активності прямо пропорційний до рівня екстремальності ситуації [25].

Психологічний екстрес сприймається як інтенсивно напружена неспецифічна активність психіки людини, що у стресових ситуаціях і неоднозначно відбивається стані людини. Так, для людини, яка має досить високий рівень нервово–психічної стійкості, екстрес може стати додатковим ресурсом для активізації діяльності. І, навпаки, для людини з низьким рівнем нервово–психічної стійкості екстрес стане на шляху конструктивного функціонування.

Психологічний стрес визначається як максимально посилена (для цієї особи) психологічна активність, що використовує неефективно ресурси психіки і негативно позначається на діях людини.

І нарешті, психологічний гіперстрес – це надінтенсивна неспецифічна активність психіки, що неспроможна перенести більшість людей, і яка руйнує їх психічну діяльність і поведінка, котрий іноді життя. Безперечно, є такі люди, які можуть працювати в екстремальних ситуаціях. Знайти та підготувати таких людей є головним завданням психологів, які працюють у сфері профвідбору та професійної адаптації.

Також, у процесі теоретичного аналізу нами провели аналіз зарубіжних наукових сучасних публікацій, з чого було зроблено висновок: нервово–психічна стійкість – актуальна тема досліджень зарубіжних учених.

Так, наприклад, в роботах Л. М. Артюшин «Праця в особливих умовах»— описується, як дві особистісні якості – екстраверсія та емоційна стабільність впливають на взаємозв'язок вторгнення та результатів напруги.

У цій автором були зроблені висновки, що для співробітників з високим рівнем емоційної стабільності, вторгнення в робочий процес і незаплановані перерви на робочому місці менш шкідливі, і навіть у деяких ситуаціях корисні [2].

Також проаналізувавши роботу В. А. Магда дослідження «коефіцієнту емоційної насиченості діяльності», була вивчена якої усвідомленість побічно пов'язана із щастям через самооцінку та емоційну стабільність. В результаті дослідження продемонстровано, як емоційна стабільність та самооцінка взаємопов'язані з формуванням суб'єктивного розуміння усвідомленості та щастя [25].

У роботі Л. М. Аболін «Психологічні механізми емоційної стійкості людини» йдеться про те, що емоційна стійкість дозволяє співробітникам різних організацій досягати більшої продуктивності на робочому місці. У цьому дослідженні було поставлено під сумнів і підтверджено взаємозв'язок емоційної стабільності та продуктивності співробітників. За результатами проведеного дослідження було зроблено висновки, що продуктивність співробітників є продуктом емоційної стабільності. У статті було запропоновано рекомендації психологам, здатні усунути проблеми співробітників у цьому контексті [1].

Хотілося б ще виділити роботу М. І. Дяченко, В. А. Пономаренко яка була спрямована на те, щоб виявити роль емоційного інтелекту та емоційної стабільності у протистоянні життєвим кризам людей. Дані дослідження показали, що серед людей є недостатня обізнаність у способах зараження, симптомах та варіантах перебігу хвороби. Так само важливою метою дослідження було прояснити важливість емоційного інтелекту та емоційної стабільності у протистоянні, що існує нині серед людей страху та тривозі. Також було запропоновано рекомендації зменшення паніки і занепокоєння серед людей [16].

З упевненістю можна говорити про те, що нервово–психічна стійкість особистості, особливо в комплексі та взаємозв'язку з іншими феноменами та

особливостями особистості є цікавою та актуальною темою досліджень зарубіжних вчених.

Таким чином, під нервово–психічною стійкістю розуміється індивідуальна здатність людини зберігати нормальну працездатність під час стресової ситуації. З одного боку, це визначення дозволяє визначати момент настання стресу через зниження працездатності та ефективності праці, але, з іншого боку, воно не враховує «ціну», яку сплачує організм для підтримки заданої працездатності.

У даної роботи, необхідно провести аналіз подібних понять з поняттям «нервово–психічна стійкість». До таких належать: психологічна стійкість та стресостійкість особистості.

Отже, проблема психологічної стійкості та стресостійкості, зокрема стосовно сучасних змінних умов, які у сучасному суспільстві, представлені недостатньо. Є потреба в теоретичному аналізі та осмисленні даних понять, з погляду психологічних феноменів.

Спочатку проблема стійкості була представлена в 1966 році в доповіді Л. І. Божович. Подальше вивчення психологічної стійкості проводилося у різноманітних аспектах стійкості особистості: стійкість форм поведінки; емоційна стійкість; моральна стійкість.

Психологічна стійкість особистості та стресостійкість – це поняття, що доповнюють один одного і відповідно формують загальну систему особистості.

Поняття стійкості по–перше – це властивість людини з послідовною логічною поведінкою, по–друге – нелогічна хаотична послідовність поведінки, що супроводжується нервовими та психічними випадками [24].

Психологічна стійкість, як багатогранна якість особистості, об'єднало в собі комплекс здібностей та явищ:

1. Врівноваженість, пропорційність;
2. Стійкість; стабільність;
3. Опірність, резистентність [30].

Психологічну стійкість, нерідко поєднують з толерантністю, під якою розуміється зменшення, чи ігнорування реакцій на негативні чинники внаслідок

зниження сприйнятливості до його впливу [15]. І тут вона вивчається як властивості психологічної стійкості.

Отже, психологічна стійкість – це соціально–психологічна характеристика особистості, що полягає в умінні без шкоди для себе переносити і долати її наслідки за допомогою методів, що вдосконалюють особистість, що підвищують рівень її адаптації та соціальної зрілості, фактично ця характеристика означає наявність адаптаційного потенціалу особистості, що визначає її здатність долати стресові ситуації.

Поряд із психологічною стійкістю застосовується термін «стресостійкість». А. А. Баранов пише про те, що це поняття має на увазі під собою здатність бути витривалим [5].

Стресостійкість, нерідко розглядають як головний показник, що характеризує здатність особистості знайти правильне рішення для виходу із кризової та стресової ситуації. Стресостійкість поряд із психологічною стійкістю характеризують врівноважену, адекватну, обдуману поведінку людини. Важливу роль цьому грають самовладання і самоконтроль.

Наприклад, Т. В. Маясова визначає, що стрессоустойчивость пов'язані з усіма елементами психічної діяльності індивіда у нестандартній обстановці, що можна описати як властивість окремої особистості [32].

В. А. Бодров пише про даному понятті як про властивість, що допомагає індивіду підвищувати ефективність діяльності у нестандартній стресовій обстановці [6].

Багато вчених прирівнюють психологічну стійкість до саморегуляції. Саморегуляція у разі виступає як стан гармонії, що є між внутрішніми потребами і умовами довкілля. Вони включають всі необхідні інструменти для досягнення такого положення [33].

К. В. Судаков стверджує: коли індивід стійкий до впливів ззовні, може об'єктивно та з холодним підходом оцінювати ситуацію, вміє збирати, обробляти інформацію від інших людей, здатний жити і вести діяльність, дотримуючись норм

суспільства, в якому він знаходиться, і відповідно до цього коригувати та адаптувати свою поведінку, то це і називається – психологічна стійкість [29].

Н. П. Сергієнко стверджує, що психологічна стійкість – це індивідуальна здатність протистояння стресовим навантаженням та розвитку порушень психічних процесів, визначена такими чинниками як: стійкість, врівноваженість і опірність [40].

Врівноваженість – це вміння індивіда стримувати рівень своєї напруги (не доводячи до руйнівного стресу).

Стійкість передбачає вміння протистояти труднощам.

Опірність полягає у вмінні індивіда зберігати свободу поведінки та свободу вибору способу життя, свободу від будь-яких видів залежності.

Л. М. Аболін, М. І. Дяченко, О. В. Лозгачова, Я. О. Овсяннікова, А. А. Реан, А. А. Баранов до структури компонентів психологічної стійкості відносять:

1. Емоційний компонент;
2. Вольовий компонент;
3. Інтелектуальний компонент [1, 16, 25, 35, 38].

Багато вчених вивчення питання беруть за основу трех-факторну модель психологічної стійкості, побудованої на суб'єктно-деятельностном підході. У цій моделі психологічна стійкість є поєднанням біологічного, психічного та соціального складових. Ця система стає основою ефективної працездатності людини.

Розглянемо фактори психологічної стійкості:

1. Біологічний чинник – це можливості організму, зокрема нервової системи (сюди відносяться фізична здатність, гнучкість, швидкість);
2. Психічний чинник – це потенційні можливості психіки людини (пізнавальні, емоційні та вольові психічні процеси), здатність індивіда зберегти пізнавальні, емоційні та вольові здібності в рамках прийнятої в психіатрії норми;
3. Соціальний чинник – це здатність індивіда зберігати суспільно – корисну працездатність [1, 35, 38].

Дані фактори безперечно статичні та динамічні. При цьому вони тісно переплітаються та взаємодіють між собою.

Тепер розглянемо визначення «межі стійкості», «резерву стійкості» та «мінливості стійкості» [40].

Насамперед, межа стійкості означає межі норми стійкості, які індивіду не слід долати, оскільки це може призвести до негативних необоротних наслідків.

Далі, резерв стійкості має на увазі, що кожен індивід має певні запаси ресурсів, завдяки яким і забезпечується здатність до діяльності в рамках межі стійкості.

І насамкінець, мінливість стійкості – це ситуація, коли відбувається зміна рівня резерву стійкості індивіда у межах норми стійкості.

Інші автори у своїх публікаціях використовують такі фактори для демонстрації того, наскільки суб'єкт діяльності має ресурс для протистояння сенсорним впливам:

1. Почуття управління своєю діяльністю та життям;
2. Проживання та уважна діяльність, спілкування та взаємодія з оточуючими та з собою;
3. Оптимізм по відношенню до життєвих змін, що відбуваються. [1, 16].

У вітчизняній та зарубіжній літературі утворилися різні традиції методологічного характеру категорії психологічної стійкості. Так, наприклад, у вітчизняній психологічній літературі психологічна стійкість визначається як характеристика індивіда. У той час, як у зарубіжній психологічній науці автори розглядають психологічну стійкість як сукупність кількох властивостей особистості.

Таким чином, у сучасній психологічній науці не існує єдиного трактування поняття «психологічна стійкість». Кожен напрямок розглядає психологічну стійкість зі свого погляду. Хоча ми можемо зробити загальний висновок, що психологічна стійкість – це взаємодія біологічного, психічного та соціального аспектів.

Провівши паралель між нервово–психічною стійкістю та психологічною стійкістю та стресостійкістю особистості, можна зробити висновок, що нервово–психічна стійкість – це комплексне визначення, що включає в себе і психологічну стійкість та стресостійкість особистості.

1.2 Особливості професійної діяльності та особистісних якостей співробітників протипожежної служби

У цьому параграфі розглянуто умови праці та особливості професійної діяльності співробітників протипожежної служби та водночас психологічні особливості співробітників у процесі їхньої діяльності.

Особливостями професійної діяльності співробітників державної протипожежної служби є [15]:

1. Брак часу та мала кількість інформації, через що не надається можливість здійснити відповідну дію;

2. Невиразна та неоднозначна постановка завдань у нестандартних ситуаціях та несвоєчасній орієнтації на новому місці.

Також до особливостей відносять непередбачені та непрогнозовані складності у вигляді фізичних перешкод, що заважають виконувати свою роботу. Сюди ж можна віднести високий рівень психологічного впливу через роботу, найчастіше небезпечну обстановку.

В результаті співробітники перебувають в умовах загрози життю та здоров'ю – це в свою чергу негативно впливає на загальний емоційний та психічний стан, особливо ситуації, коли потрібно виводити поранених та понівечених людей з небезпечного місця. У тому числі отруєння шкідливими парами підривають фізичне здоров'я працівників.

Надають свій негативний вплив та важкі фізичні навантаження, особливо в моменти порятунку постраждалих, гасіння вогню, обвалення будівель, різних будівельних конструкцій.

Найчастіше співробітники змушені працювати в умовах обмеженої видимості та закритого простору, де складно розмістити пожежну техніку. Це метро та підземні комунікації. Ускладнюють завдання також непередбачені

перешкоди – завали, уламки.

Варто пам'ятати про те, що робоча форма працівників важка та оснащена необхідним спорядженням.

Навчені співробітники повинні зберігати інтенсивність та концентрацію уваги. Це важливо за гасіння вогню. Співробітник повинен вивчити та контролювати навколишню обстановку, людей.

У період виконання професійних завдань ліквідації пожеж, природних чи техногенних надзвичайних ситуацій співробітники протипожежної служби схильні до впливу всіляких небезпечних та шкідливих факторів [7]:

1. Фізичні фактори – мають на увазі небезпеку для здоров'я і самопочуття рятувальників від частин автомобілів, що переміщуються, і механізмів, дезорганізованих будівель, різних температур, від пилу, бруду, вологи, сильного шуму і різноманітних небезпечних випромінювань і радіохвиль;

2. Хімічні включають перебування протягом деякого періоду часу в полі дії токсичних відходів, запахів;

3. Біологічні фактори – присутність у робочому середовищі патогенних мікроорганізмів: бактерій та вірусів;

4. Психофізіологічні фактори – присутність у період виконання завдань понад нормативні психічні навантаження та навантаження на тіло.

Особливість професії співробітників протипожежної служби полягає у постійному знаходженні в умовах потенційного ризику та психологічної напруги, обумовленої цілою низкою подій, явищ, ситуацій, наприклад, таких як [7]:

1. Потенційний ризик для свого життя та здоров'я;

2. Потенційний ризик для життя та здоров'я товаришів по службі;

3. Високий рівень відповідальності, покладений на плечі рятувальника, особливо тих, хто працює у гасінні вогню;

4. Ризик потрапляння в небезпечну ситуацію через брак достовірної та своєчасної інформації про навколишнє оточення та обстановку в цілому;

5. Високий ризик негативних наслідків у разі прийняття неправильного рішення та найчастіше відсутність достатнього часу на оцінку прийнятого рішення;

6. Високий рівень відповідальності за результат своєї роботи;

7. Ризик виникнення непередбачених ситуацій та ускладнення внаслідок низки незалежних від рятувальників причин.

Все перераховане впливає на здоров'я як фізичне, так і емоційно–психічне. Це призводить до виникнення складнощів у виконанні рятувальних робіт [39].

Так, ще до прибуття підрозділу оперативно–рятувальної служби на місце події тут розгортається складна для сприйняття ситуація: результат пожежі чи вибуху, крики про допомогу, поламани будинки та багато іншого.

При цьому частина роботи рятувальників проходить у режимі очікування, коли співробітники проходять навчання, готуються до роботи в умовах екстремальних ситуацій і готові у разі екстреного виклику швидко зреагувати на нього [21].

Згідно з даними, наведеними В. А. Старик існує явище, що у ряду рятувальників найбільший стан занепокоєння виникає саме в моменти очікування, воно порівняно і навіть перевершує реакцію від справжньої пожежі [41].

Найсильнішим фактором, що викликає найбільшу емоційну напругу, вважається сигнал тривоги – він приводить рятувальників у найвищий ступінь тривоги та занепокоєння. Згідно зі статистичними даними за день у підрозділі Міністерства надзвичайних ситуацій відбувається близько півтори тисячі сигналів тривоги, тобто. не складно підрахувати, що пожежники виїжджають понад сто разів протягом однієї години [42]. При цьому відомо: психологічний стрес, отриманий від сигналу тривоги та супроводжуваний швидкими зборами та виїздом з використанням гучної сирени, тримається тривалий час аж до моменту повернення з виїзду і навіть набагато довше. Цей факт говорить про те, що стільки тривалий стрес підвищує ризик виникнення у рятувальників негативних наслідків, аж до часткової втрати пам'яті та нездатності відтворити події, що відбулися на виїзді.

Комплекс станів, що мають великий вплив на організм рятувальників, негативні фактори навколишнього середовища та негативний вплив різних ситуацій є ризиком виникнення тривалого психологічного стресу і навіть депресії. Як уже зазначалося раніше, вид постраждалих, обгорілих людей, трупів, крики про

допомогу, недостатність інформації, робота у високому темпі, на високих швидкостях, висока відповідальність за те, що відбувається, та відповідальність за життя людей – це негативні фактори роботи кожного рятувальника.

Крім того, кожен рятувальник разом з важким емоційним потрясінням зазнає серйозних фізичних навантажень.

Сукупність емоційних та психологічних впливів та фізичної напруги, неможливість достатнього задоволення природних потреб та потреб організму може викликати індивідуальні стресові перенапруги. Цьому також може сприяти недосвідченість рятувальника, маленький стаж роботи на пожежах, емоційна невідповідність і, звичайно, низька нервово–психічна стійкість. Віднесемо сюди ще й невисокий рівень життя, невдоволення і несправедливість розміру оплати праці, рівню небезпеки і стресу, що наражається на себе, недостатня соціальна підтримка і допомога з боку компетентних органів, і ми можемо отримати співробітника, який одного разу потенційно може не впоратися з поставленим завданням.

Хотілося б відзначити, що важливою психологічною особливістю діяльності рятувальників є те, що вони навмисно входять у ситуацію, яка несе у собі реальну потенційну загрозу життю та здоров'ю. Таким чином, кожен рятувальник повинен мати два характерними характеристиками. Перше – це мати високий рівень нервово–психічної стійкості, інакше кажучи, вміння контролювати внутрішній стан (емоції) та діяти згідно з регламентом, правилами поведінки на пожежі чи іншому іншому виді виїзду. Друге – відповідна професійна підготовка [43].

Професійна діяльність співробітників протипожежної служби вважається небезпечною та енерговитратною. Вона має свою особливу структуру та розподіл обов'язків, яка у своїй основі містить систему цінностей та мотивів, регламентів, правил та розпоряджень.

Розглянемо посадову ієрархію. Начальник варті є керуючою ланкою і несе велику відповідальність за свою роботу та роботу підпорядкованих рятувальників. Він організовує аварійно–рятувальні роботи, погоджує та контролює діяльність бригад, керує та спрямовує їх при гасінні пожеж. Крім того, він відповідає за

загальну безпеку, збереження техніки та пожежного обладнання. І звичайно ж, приймає рішення щодо ефективності роботи рятувальників, аналізує, готує рятувальників, допомагає та надає допомогу у формуванні стану психологічної стійкості.

Через велику кількість несприятливих явищ, з якими в роботі стикається кожен пожежник, ця професія входить до десятки найскладніших професій у світі.

Природні, екологічні, техногенні та технічні явища, які спричиняють не лише значні руйнування, а й загибель людей, трапляються сьогодні досить часто. Їх називають надзвичайними ситуаціями та пояснюють певним ступенем екстремальності, під якою розуміють фізично та психологічно важкі умови, пов'язані з ризиком для життя людини, вимагають від нього неймовірної напруги, внутрішніх сил, емоційно–вольової стійкості та оптимального використання власних можливостей.

Психогенна дія екстремальних ситуацій та негативних факторів надають негативний вплив на людину, співробітника рятувальних служб – збільшує стрес від очікування цих явищ та подолання наслідків. Акцентує він увагу так само обставина, що у структурі ситуації є два компоненти – об'єктивний і суб'єктивний. Об'єктивний компонент передбачає вплив середовища як умови, унаслідок чого людина певному рівні здійснює своєї діяльності. Обстановка, в якій працюють пожежно–рятувальні служби, включає величезну кількість зовнішніх факторів, які є причинами та умовами діяльності працівників ГУ ДСНС.

Дослідження ситуації як цілісності суб'єктивного та об'єктивного, як результату їхньої взаємодії дає можливість подати у вигляді загальної системи та об'єктивні фактори, що визначають діяльність, і відображення їх у свідомості людини, та елементи самої діяльності [37].

Таким чином, характерні риси різних напружених ситуацій, що утворюються у діяльності фахівців пожежної безпеки, визначаються співвідношенням, зв'язком об'єктивного та суб'єктивного факторів. На основі цього критерію поведінка працівників ГУ ДСНС може класифікуватися так:

1. Адаптивне (тут мається на увазі вміння об'єктивно та «з холодною

головою» оцінювати ситуацію та приймати рішення);

2. Псевдоадаптивне або що імітує коли співробітник вдає, що працює);

3. Дезадаптивне (коли співробітник уникає всіма способами усувати негативне явище, наприклад, гасити пожежу).

1.3 Формування нервово–психічної стійкості працівників протипожежної служби

У цьому параграфі розглянуто особливості формування нервово–психічної стійкості співробітників протипожежної служби, виділено структуру профілактичної психокорекційної програми щодо підвищення рівня нервово–психічної стійкості співробітників протипожежної служби.

Проблема нервово–психічної стійкості особистості вирішується на системній основі біосоціальної парадигми фізичного та психічного здоров'я. Тому необхідно розвивати особисті якості співробітників протипожежної служби.

Професіоналізм кожного рятувальника Міністерства з надзвичайних ситуацій складається на підставі низки особливостей [43]:

1. Кількості фізичних навантажень, їх надлишку, високій швидкості робіт;

2. Необхідності долати різні складності та перешкоди, що виникають у ході реалізації поставленого завдання;

3. Високої відповідальності за вжиті дії та їх наслідки, відповідальність за життя та здоров'я громадян та товаришів по службі, пожежну техніку;

4. Регулярні стреси та психічні перенапруги, обумовлені складністю професії та наявністю раніше розглянутих негативних факторів;

5. Обов'язки уважності та збереження уваги навіть в умовах підвищеної небезпеки та відсутності хорошої видимості, необхідність контролю ситуації та постраждалих.

Тобто особливість професії співробітників протипожежної служби полягає не тільки у наявності професійної підготовки, а й особистісними даними [37].

Важливу роль відіграє безпосередньо нервово–психічна стійкість співробітника Міністерства надзвичайних ситуацій, що формується під час навчань, бойових виїздів та проходження психодіагностичних методик. Тому так

важливо створювати та вдосконалювати програми психологічної допомоги, щоб рятувальники могли отримати своєчасну психологічну допомогу.

Порушення психічної адаптації (психічна дезадаптація під впливом постійно напружених умов життєдіяльності можуть мати різноманітний характер: від слабоструктурованих форм неврозоподібних станів та соціально–стресових розладів до очевидних психопатологічних станів, більш характерних для посттравматичних стресових розладів, які в даний час є важливим предметом.

Поведінковими ресурсами подолання професійного стресу виступають: різні моделі поведінки, наприклад, відвага та вміння налагоджувати комунікацію, вміння надавати та приймати підтримку, а також асертивну поведінку.

Психологічна профілактика емоційних стресів і зривів передбачає виділення таких заходів, як навчання оптимізму та позитивного сприйняття ситуації та самого себе, отримання навички рефлексії.

У результаті бачимо, що навчання ставить у основу мета навчити співробітника виявляти ініціативу у вивченні змін, а чи не вчитися за принципом примусу із боку, тобто. внутрішня мотивація. Важливо пам'ятати, що нормою є наявність у людини певних особистісних якостей, що дозволяють ідентифікувати себе та знайти місце у суспільстві та успішно пройти адаптацію [35].

До основних завдань психологічної корекції та реабілітації співробітників протипожежної служби в процесі розвитку нервово–психічної стійкості відносяться:

1. Визначення наявності та ступеня нервових відхилень, визначення того, як той чи інший індивід поведеться в кризовій ситуації, на основі яких можна скласти заходи психокорекції;
2. Усунення психологічного тиску, занепокоєння завдяки використанню медичних, психологічних та терапевтичних заходів лікування;
3. Відновлення нормального стабільного психічного стану індивіда за допомогою різних методів терапії та медицини;
4. Коригування наявної реакції на стрес, налаштованість та підготовка до подолання наявних негативних станів та відновлення емоційної стабільності та

усунення результатів стресу;

5. Створення свідомого відповідального ставлення до заходів позбавлення ризиків;

6. Пошук рішення травмуючого явища та підготовка до явищ навколишнього світу, адаптування за рахунок збільшення комунікації та застосування інших методів психології та психіатрії;

7. Проведення аналізу працездатності працівника;

8. Організація реабілітації співробітника після отримання негативних наслідків та психологічних травм. Одним із рішень може бути професійна перекваліфікація;

9. Настрій на подальшу службу та виконання посадових обов'язків.

Дослідження самопочуття співробітника протягом деякої кількості часу з метою оцінки успішності психологічної допомоги, а також фізичного відновлення організму. Також у реабілітаційну програму мають бути включені 4–6 індивідуальних консультацій, за яких проводиться психокорекційна робота, що відповідає запиту.

Програма, спрямована на профілактику та запобігання професійним травмам, необхідно розробляти з урахуванням рекомендацій психології. Ефективність програми насамперед визначається правильно підбраною оцінкою результатів діагностики. Програма корекції має сприяти покращенню якостей співробітника.

Досягнення цілей програми відбувається з допомогою використання комплексного підходу психокорекції, що з кількох елементів. Елементи повинні вирішувати певні цілі та завдання, тому в кожному використовується свій правильно підібраний метод.

Цей комплекс складається з 4 елементів чи блоків:

1. Діагностичний блок (ставить перед собою завдання визначити сторони розвитку індивіда з метою створення психокорекційного плану);

2. Наставний (ставить собі завдання стимулювати активність особистості, стимулювати до дії, зменшити занепокоєння і створити довіру між фахівцем і психологом);

3. Корекційний (завдання цього елемента визначити найоптимальніший вектор зростання, дати можливість вийти з негативного до позитивного).

I, нарешті, аналіз успішності заходів корекції. Завдання цього елемента – спостерігати та зробити висновки про динаміку змін. Визначити, в який бік відбуваються зміни, позитивну чи негативну, а також налаштувати успіх.

Ця програма має кілька послідовних кроків:

1. Постановка цілей та завдань;
2. Підбір і затвердження стратегії програми і тактики її здійснення у життя;
3. Вибір одиночного, групового чи змішаного способу роботи;
4. Визначення методичної частини;
5. Затвердження часу та термінів програми;
6. Затвердження графіка зустрічей;
7. Вибір часу та довжини зустрічей;
8. Безпосередньо розробка програми;
9. Втілення програми в життя та управління та контроль за її виконанням;
10. Вибір необхідного для реалізації даної програми обладнання [28].

I наприкінці програми має бути складений звіт про динаміку та результати корекції та аналіз її ефективності. При роботі з психотравмуючим досвідом, перевагу мають методи роботи з несвідомим клієнтом: арт–терапія, казкотерапія, візуалізація, драматизація та ін., налагодження внутрішньоособистісного діалогу, ефективна робота з психологічними захистами та дисоціативними процесами травмованої особи.

На сьогоднішній день в ГУ ДСНС застосовуються та створюються умови для стабілізації трудової успішності психічного здоров'я співробітників. Судити про рівень психічного здоров'я можна на підставі розуміння наявних знань та застосування їх на практиці співробітниками [35]:

1. Визначення параметрів безпеки, психічної та емоційної стабільності всіх працівників ГУ ДСНС;
2. Вивчення послідовно у співробітників, що є на сьогоднішній день запасу здоров'я;

3. Визначення груп із співробітників та зв'язку між цими групами на рівні психічного здоров'я, що є важливим в умовах ускладненого робочого середовища; це необхідно для забезпечення безпеки кожного працівника ГУ ДСНС.

Дослідження рятувальників щодо відповідності вимогам працівників, здійснюють роботу у стресових і небезпечних умовах, збереження та своєчасне відновлення ресурсів організму.

Розуміння співробітників служби того, як важливо стежити за психічним та емоційним здоров'ям, як вміти самотійно чи із залученням фахівця долати негативні впливи та не повторювати скоєні помилки надалі.

Таким чином, проведення психокорекційних заходів для співробітників протипожежної служби є невід'ємною частиною їхньої психологічної та професійної підготовки.

Отже, індивідуальна здатність людини зберігати звичайну працездатність під час складної чи стресової ситуації є означенням нервово–психічної стійкості. Це означення дає можливість швидко виявити настання стресу через зниження працездатності та загальної ефективності трудової діяльності, але не враховує витрати внутрішніх ресурсів організму для підтримки поточної працездатності.

Професійна діяльність співробітників протипожежної служби характеризується небезпекою та трудомісткістю. Ця діяльність має свою власну структуру, цілі, мотиви, засоби та прийоми, а також впливає на неї зовнішні та внутрішні умови. Під час гасіння пожеж або надання допомоги потерпілим, працівники пожежних частин піддаються негативним впливам, які мають негативний вплив на їх психо–емоційний стан та фізичне та психологічне здоров'я. Тому пожежник вважається однією з найскладніших професій у світі. Критерієм поведінки в різних напружених ситуаціях є співвідношення об'єктивних та суб'єктивних факторів.

Адаптивна поведінка передбачає об'єктивну та ціннісну оцінку ситуації та прийняття рішень, псевдоадаптивна поведінка видається, що працівник працює, хоча насправді цього не робить, а дезадаптивна поведінка передбачає уникнення негативних явищ. Підвищення нервово–психічної стійкості є одним з ефективних

шляхів поліпшення якості професійної діяльності фахівців ризиконебезпечних професій, включаючи працівників пожежних частин. Це можна досягти за допомогою комплексу заходів у системі підготовки цих фахівців до виконання завдань.

Розділ 2 ПРОЦЕДУРА ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Характеристика вибірки

У дослідженні добровільно прийняли участь 38 чоловіків, віком 30–35 років, зі стажем роботи 4–5 років, які є співробітниками підрозділу ГУ ДСНС України в Харківській області.

2.2 Методи дослідження

Для вирішення завдань, було обрано такі діагностичні методики:

Анкета оцінки нервово–психічної стійкості «Прогноз» В. Ю. Рибнікова;

Цей опитувальник призначений для початкового виявлення осіб із ознаками нервово–психічної нестійкості.

Головна мета методики – визначення рівня нервово–психічної стійкості особистості та ризику дезадаптації у стресі.

Ця методика включає шкали:

1. Нервово–психічна стійкість;
2. Соціалізація;
3. Нормоприйняття;
4. Вольовий контроль;
5. Агресивність;
6. Адиктивна схильність;
7. Психотичні прояви;
8. Тривога;
9. Депресія;
10. Соціальна бажаність.

Ця методика містить 84 питання. Результати обстеження виражені в балах, на основі яких виноситься висновок про рівень нервово–психічної стійкості та ймовірності нервово–психічних зривів.

Тривалість обстеження – близько 20 хвилин. Виділяється 3 рівня нервово–психічної стійкості: 13 і менше балів (стіни 6–0) – низька ймовірність нервово–психічних зривів; 14–28 балів (стіни 3–5) – існує можливість нервово–психічних

зривів, особливо в екстремальних ситуаціях; 29 балів та вище (стіни 1–2) – висока ймовірність нервово–психічних зривів.

Ця методика рекомендована для підбору співробітників, придатних для роботи або служби у важких, непередбачуваних умовах та екстремальних ситуаціях.

Методика багатостороннього дослідження особистості (Ф. Березін);

Методика призначена до створення повного психологічного портрета особистості. На підставі цієї методики здійснюють відбір у великі державні структури.

ММІЛ показує особливості особистості, характер людини, способи реагування у стресовій ситуації, слабкі та сильні сторони людини, основи її мотивації, методика дозволяє визначити професійно важливі якості.

Методика включає такі шкали:

«F»–шкала надійності – дана шкала складається з тверджень, що стосуються нестандартних думок, бажань. Показує вираженість психотичних симптомів. Високі показники за шкалою «F» можуть поставити під сумнів достовірність результатів обстеження;

«K»–шкала корекції – дана шкала складається з тверджень, здатних виявити особи, які намагаються приховати психопатологічні явища та особи надмірно відкриті;

«L»–шкала брехні – до цієї шкали включені твердження, що дозволяють виявити реципієнта, намагається уявити себе у вигіднішому світлі;

1. Шкала–надконтролю, іпохондрії (Hs) – виявляє затиснення, надконтроль особистості;

2. Шкала–депресії (D) – відображає схильність до тривоги та хвилювання; незадоволеність людини;

3. Шкала–емоційної лабільності, демонстративності, істерії – відображає високу чутливість та нестійкість емоційного стану;

4. Шкала–імпульсивності, психопатії, (Pd) – відбиває стеничний тип реагування;

5. Шкала–мужності–жіночності, (Mf) – відображає ступінь відповідності статевої поведінки та рівень сексуальної адаптованості;

6. Шкала–ригідності, параної (Pa) – відображає схильність до педантизму та застрягання на негативних переживаннях;

7. Шкала–тривожності, психастенії, (Pf) – відображає невпевненість, конформність, необґрунтовану тривожність та боязкість;

8. Шкала–індивідуалістичності, шизофренії, (Sc) – виявляє особистостей із нестандартним мисленням, непередбачуваністю вчинків, схильності до відриву від реальності;

9. Шкала–оптимізму та активності, гіпоманії, (Ma) – відображає рівень оптимістичності та виявляє стеничний тип реагування;

0. Шкала–інтраверсія – екстраверсія, соціальна інтраверсія, (Si) – відображає рівень соціальної активності та залученості особистості.

16 PF опитувальник Р.Б. Кеттел;

Методика була розроблена Р. Кеттелом, автором однієї з найвпливовіших теорій особистості, згідно з якою люди відрізняються один від одного за набором та ступенем виразності у них окремих незалежних рис. Вперше опитувальник Кеттела був опублікований в 1949 Інститутом з перевірки здібностей особистості (JPAT).

У процесі експериментального дослідження особистості Кеттел виявив 16 біполярних особистісних ферт (чинників):

Чинники:

А: замкнутість–товариськість – орієнтований визначення інтенсивного вираження афектів (почуттів);

В: низький інтелект–високий інтелект – орієнтований на вимір оперативності мислення та рівня вербальної культури та ерудиції;

С: емоційна стабільність–емоційна нестабільність – даний фактор характеризує зрілість емоцій на протигагу неконтрольованій емоційності;

Е: конформність–домінантність – орієнтований виявлення лідерських якостей реципієнта;

F: стриманість–експресивність –орієнтований виявлення емоційної забарвленості і динамічності у процесі спілкування;

G: Низька нормативність поведінки – висока нормативність поведінки – даний фактор характеризує особливості регуляції соціальної поведінки та особливості емоційно–вольової сфери особистості;

H: боязкість–сміливість – виявляє ступінь активності людини у соціальних контактах;

I: жорсткість–чутливість – даний фактор відображає відмінності в естетичній сприйнятливості особистості;

L: довірливість–підозрілість – загалом, орієнтований виявлення емоційного ставлення до людей;

M: практичність–мрійливість – орієнтований виявлення особливостей уяви, які відбиваються у реальному поведінці особистості;

N: прямолінійність–дипломатичність – орієнтований на виміри ставлення особистості до людей та навколишньої дійсності;

O: спокій–тривожність – орієнтований виявлення таких особливостей особистості як: тривожність, самобичованіє, невпевненість у собі, стурбованість, депресивність, ранимость;

Q1: консерватизм–радикалізм– даний фактор визначає політичне, релігійне, радикальне та інтелектуальне ставлення;

Q2: конформізм–нонконформізм–цей фактор є центральним у факторі другого порядку «залежність – незалежність»;

Q3: низький самоконтроль–високий самоконтроль; даний фактор вимірює рівень внутрішнього контролю поведінки особистості;

Q4: розслабленість–напруженість–цей фактор виявляє такі особливості особистості як: низька мотивація–висока мотивація; спокій–занепокоєння; дратівливість–незворушність.

Математико–статистичні методи обробки даних: кореляційний аналіз Спірмена, Дисперсійний аналіз, факторний аналіз.

Розділ 3 ДОСЛІДЖЕННЯ НЕРВОВО–ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СПІВРОБІТНИКІВ ДЕРЖАВНОЇ ПРОТИПОЖЕЖНОЇ СЛУЖБИ ГУ ДСНС В КОНТЕКСТІ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ

3.1 Результати дослідження нервово–психічної стійкості співробітників протипожежної служби в контексті особистісних якостей

Аналіз літератури показав, що особливості діяльності співробітників протипожежної служби та їх особистісні особливості відіграють ключову роль у формуванні нервово–психічної стійкості.

У ході дослідження було виявлено, що 71% співробітників протипожежної служби, які брали участь у дослідженні, мають високий рівень нервово–психічної стійкості, 27% – середній рівень нервово–психічної стійкості та 2% – низький рівень нервово–психічної стійкості (Рис. 3.1).

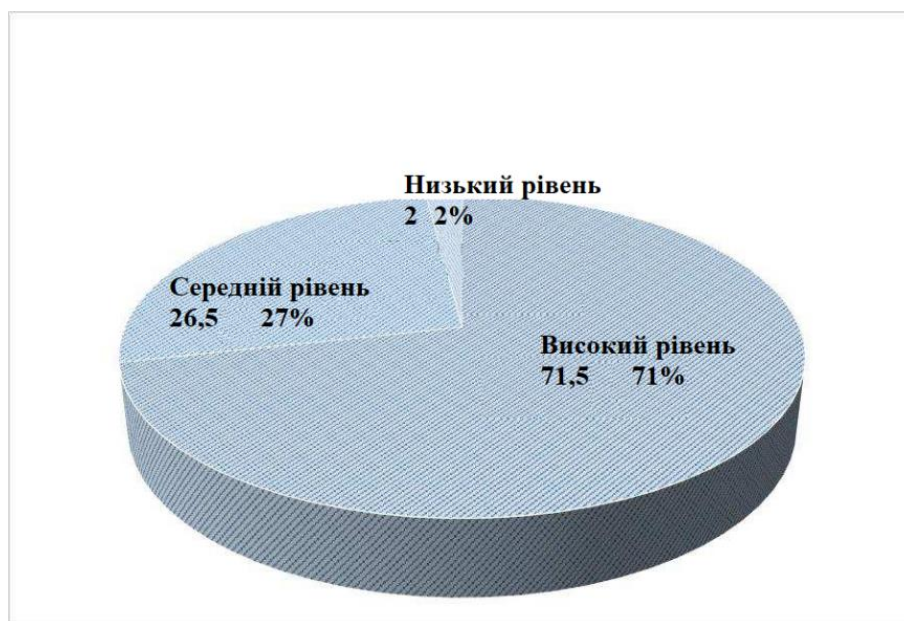


Рис. 3.1 Розподіл рівня нервово–психічної стійкості працівників протипожежної служби.

Далі співробітники протипожежної служби були розподілені на 2 групи: 1 група – співробітники з низьким рівнем нервово–психічної стійкості, 2 група – співробітники з високим рівнем нервово–психічної стійкості.

На першому етапі дослідження було виявлено відмінності за показниками високого та низького рівня нервово–психічної стійкості співробітників протипожежної служби залежно від їх особистісних особливостей (Додаток А).

Результати однофакторного дисперсійного аналізу

ANOVA	Сума квадратів	Ст.св.	Середній квадрат	F	Значимість
G	Між групами	24,070	24,070	5,99	0,01
	Усередині груп	296,917	4,012		
	Усього	320,987			
Q2	Між групами	29,640	1	5,24	0,02
	Усередині груп	417,991	74		
	Усього	447,631	75		
K	Між групами	378,763	1	3,82	0,05
	Усередині груп	7325,658	74		
	Усього	7704,421	75		

В результаті дослідження виявлено достовірні відмінності за показниками: «низька–висока нормативність поведінки» ($f=5,99$; при $p \leq 0,01$), «конформізм–нонконформізм» ($f=5,24$; при $p \leq 0,02$), «шкала корекції» ($f=3,82$; при $p=0,05$) (див. табл. 3.1, рис. 3.2, 3.3).

На Рис. 3.2 представлений порівняльний аналіз за шкалою «низька–висока нормативність поведінки» у співробітників протипожежної служби з низьким та високим рівнем нервово–психічної стійкості.

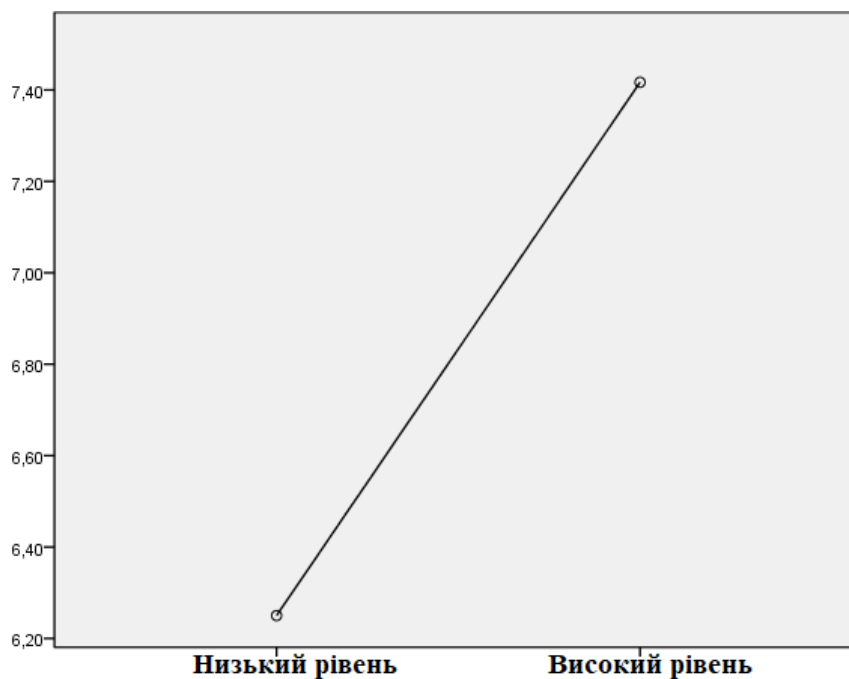


Рис. 3.2 Порівняльний аналіз за показником «низька–висока нормативність поведінки» у співробітників з низьким рівнем нервово–психічної стійкості та високим рівнем–нервової психічної стійкості.

Аналіз Рис. 3.2 показав, що для піддослідних з низьким рівнем нервово–психічної стійкості характерна низька нормативність поведінки, що схильність таких співробітників до непостійності, неорганізованості, безвідповідальності, імпульсивності, відсутність зусиль щодо виконання групових вимог та норм.

Для випробуваних з високим рівнем нервово–психічної стійкості характерна висока нормативність поведінки, що свідчить, що таким співробітникам властива сумлінність, стабільність, відповідальність розвинене почуття обов'язку, дотримання загальноприйнятих моральних правил і норм, наполегливість у досягненні мети, ділова спрямованість.

На Рис. 3.3 показаний порівняльний аналіз за шкалою «конформізм–нонконформізм» у співробітників протипожежної служби з низьким та високим рівнем нервово–психічної стійкості.

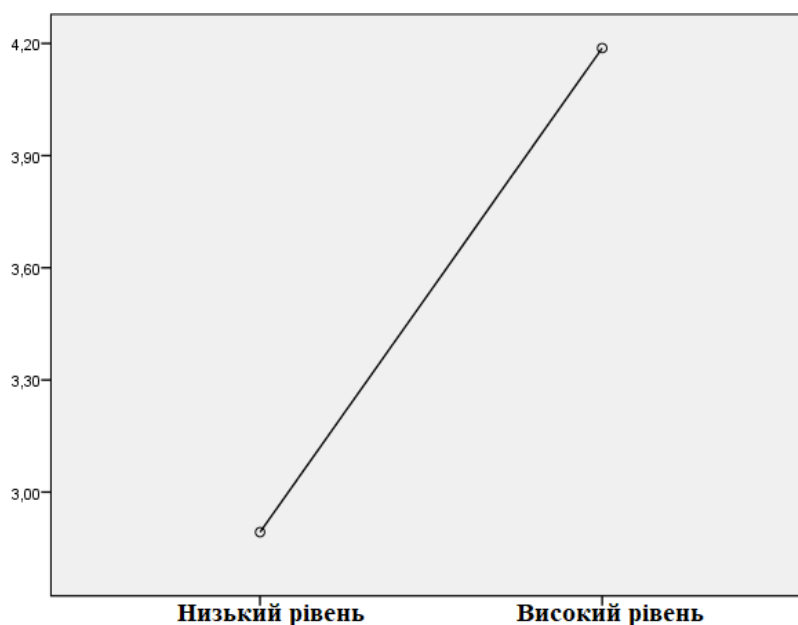


Рис. 3.3 Порівняльний аналіз за показником «конформізм–нонконформізм» у співробітників з низьким рівнем нервово–психічної стійкості та високим рівнем нервово–психічної стійкості

Аналіз Рис. 3.3 показав, що з випробовуваних з низьким рівнем нервово–психічної стійкості достовірно характерний конформізм, що характеризується залежністю від думки та групи, низькою самостійністю, орієнтацією на соціальне схвалення.

Для випробовуваних із високим рівнем нервово–психічної стійкості достовірна незалежність, прагненням мати власну думку, орієнтація на рішення, винахідливість.

На Рис. 3.4 представлений порівняльний аналіз за показником «шкала корекції» у співробітників протипожежної служби з низьким рівнем нервово–психічної стійкості та високим рівнем нервово–психічної стійкості.

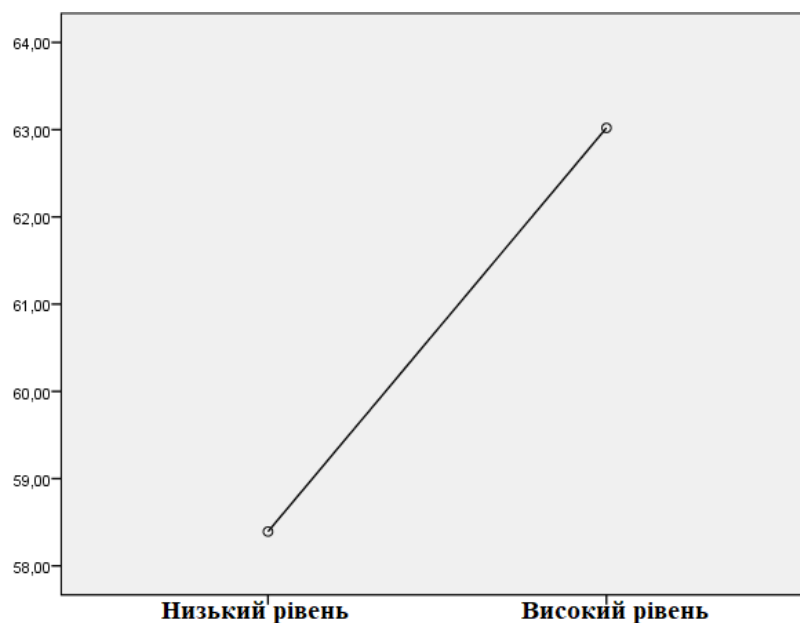


Рис. 3.4 Порівняльний аналіз за показником «шкала корекції» у піддослідних з низьким рівнем нервово–психічної стійкості та високим рівнем нервово–психічної стійкості

Аналіз Рис. 3.4 показав, що випробовувані з низьким рівнем нервово–психічної стійкості мають нижчі показники за «шкалою корекції», ніж випробовувані з високим рівнем нервово–психічної стійкості. Випробовувані, з високими показниками нервово–психічної стійкості, схильні прогнозувати результати своєї поведінки, усвідомлюючи наслідки, вони схильні орієнтуватися дотримання прийнятих і правил поведінки.

Випробувані, з низькими показниками за «шкалою корекції» схильні ставитися критично себе і оточуючим, їм характерна незручність у міжособистісних відносинах.

Кореляційний аналіз Спірмена проведено окремо у групах з низьким та високим рівнем нервово–психічної стійкості для виявлення взаємозв'язку показника нервово–психічної стійкості та особистісних якостей.

У групі з низьким рівнем нервово–психічної стійкості в результаті кореляційного аналізу Спірмена виявлено позитивний кореляційний взаємозв'язок рівня нервово–психічної стійкості зі шкалами: О – «Спокій–тривожність» ($r=0,51$; $p=0,01$), Q4 – «Розслабленість–напруженість» ($r=0,55$; $p=0,01$), «шкала інтраверсія–екстраверсія, соціальна екстраверсія» ($r=0,64$; $p=0,01$), виявлено негативний кореляційний взаємозв'язок зі шкалами: С – «Емоційна стабільність–нестабільність» ($r = 0,70$; $p = 0,01$), F – «Стриманість–експресивність» ($r = 0,54$; $p = 0,01$), Н – «Робіть–сміливість» ($r = 0,47$; $p = 0,05$), І – «Жорсткість–чутливість» ($r = 0,38$, $p = 0,05$), L – «Шкала брехні» ($r = 0,46$; $p = 0,05$), «Шкала емоційної лабільності» ($r = 0,60$; $p = 0,01$) (Додаток Б, Табл. 1).

Особам, яким характерні такі особистісні особливості як: занепокоєння, невпевненість у собі, страх, вразливість, схильність до депресій, апатичність, низька мотивація, закритість, дратівливість, збудливість, сором'язливість та соціальна пасивність – характерний низький рівень нервово–психічної стійкості.

У групі з високим рівнем нервово–психічної стійкості в результаті кореляційного аналізу Спірмена виявлено позитивний кореляційний взаємозв'язок шкали нервово–психічної стійкості зі шкалами L – «Довірливість–підозрілість» ($r=0,27$; $p=0,05$), К – «Шкала корекції» ($r = 0,43$; $p = 0,01$) (Додаток Б, Табл. 2).

Для осіб, які мають такі особливості особистості як самостійність, незалежність у соціальній поведінці, схильність до домінування та прагнення перемоги характерний високий рівень нервово–психічної стійкості. Зазначимо, що з групи осіб із високим рівнем нервово– психічної стійкості виявлено менше кореляційних взаємозв'язків.

Далі проведено якісний аналіз змістовних характеристик високої нервово–психічної стійкості шляхом застосування факторного аналізу методом головних компонент з Varimax–обертанням у групі з високим та низьким рівнем нервово–психічної стійкості (Додаток В, Табл.1-2)

Модель нервово–психічної стійкості в контексті особистісних якостей у групі з високим рівнем нервово–психічної стійкості представлена 4 факторами, що пояснюють 48,66% кумулятивної дисперсії (див. Табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Факторна модель нервово–психічної стійкості у контексті особистісних якостей, у групі з високим рівнем нервово–психічної стійкості

Чинник 1 «Самоконтроль»	Чинник 2 «Емоційна зрілість»	Чинник 3 Нормативність поведінки	Чинник 4 «Конформність»
1–шкала надконтролю 0,86	С–емоційна стабільність нестабільність (–0,75)	М–практичність мрійливість 0,62	Е–конформність– домінантність 0,75
К–шкала корекції 0,83	Q1–консерватизм– радикалізм (–0,64)	Г–низька–висока нормативність поведінки 0,59	5–шкала мужності – жіночності (–0,64)
8–шкала індивідуалістичностіта шизофренії 0,80	Ф–шкала надійності 0,59	Q4– розслабленість– напруженість 0,49	6–шкала ригідності, параної 0,52
1–шкала емоційної лабільності 0,64	В–низький–високий інтелект (–0,59)	Ф–стриманість– експресивність 0,48	А–замкнутість– товариство (–0,45)
1–шкала імпульсивності 0,60	2–шкала депресії 0,58	9–шкала оптимізму активності 0,42	
L–шкала брехні 0,43	L–довірливість– підозрілість 0,56		
О–спокій тривожність (–0,41)	Q2–конформзм– нонконформізм 0,56		

Чинник 1 «Самоконтроль»	Чинник 2 «Емоційна зрілість»	Чинник 3 Нормативність поведінки	Чинник 4 «Конформність»
	7–шкала тривожності, психастенії 0,55		
	0–шкала інтраверсія екстраверсія 0,51		
	Н–боязкість– сміливість (–0,49)		
	Н–прямолінійність– дипломатичність 0,43		

В перший фактор, факторне навантаження якого склало 16,55% з найбільшою факторною вагою увійшли такі шкали як: 1–шкала надконтролю (0,86); К–шкала корекції (0,83); 8–шкала індивідуалістичності та шизофренії (0,80); 2–шкала емоційної лабільності (0,64); 2–шкала імпульсивності (0,60); L–шкала брехні (0,43); О–спокій–тривожність (–0,41).

Даний фактор характеризується замкнутістю, надконтролем, нестійкістю емоційного стану, бажанням здаватися кращим, непередбачуваністю вчинків, схильністю до уникнення реальності. Фактор названий–»Самоконтроль».

У другий фактор факторне навантаження якого склало 15,56% з найбільшою факторною вагою увійшли такі шкали як: С–емоційна стабільність–нестабільність (–0,75); Q1–консерватизм–радикалізм (–0,64); F–шкала надійності (0,59); В–низький–високий інтелект (–0,59); 2–шкала депресії (0,58); L–довірливість–підозрілість (0,56); Q2–конформізм–нонконформізм (0,56); 7–шкала тривожності, психастенії (0,55).

Цей чинник характеризує людей із високим рівнем культури та ерудиції, емоційною зрілістю, довірливістю. У таких людей можуть бути нестандартні думки та бажання. Фактор названий–«емоційна зрілість».

У третій фактор, факторне навантаження якого склало 8,85% з найбільшою факторною вагою увійшли такі шкали як: М–практичність–мрійливість (0,62); G–

низька–висока нормативність поведінки (0,59); Q4–розслабленість–напруженість (0,49); F–стриманість–експресивність (0,48); 9–шкала оптимізму та активності (0,42).

Даний фактор характеризується високим регулюванням соціальної поведінки, розслабленістю, стриманістю в процесі спілкування, оптимізмом та соціальною активністю. Фактор названий– «нормативність поведінки».

У четвертий фактор, факторне навантаження якого склало 7,70% з найбільшою факторною вагою увійшли такі шкали як: E–конформність–домінантність (0,75); 5–шкала мужності–жіночності (–0,64); 6–шкала ригідності, параної (0,52); A–замкнутість–товариськість (–0,45).

Даний фактор характеризується конформністю, схильністю до педантизму та застрягання на негативних переживаннях, пасивністю у вираженні почуттів. Фактор названий– «конформність».

Отже, отриманої факторної моделі високої нервово– психічної стійкості у тих особистісних якостей виділено такі компоненти: «самоконтроль», «емоційна зрілість», «нормативність поведінки», «конформність».

Також нами було проведено якісний аналіз змістовних характеристик низької нервово–психічної стійкості шляхом застосування факторного аналізу методом головних компонентів з Varimax–обертанням у групі з високим та низьким рівнем нервово–психічної стійкості. Модель низької нервово–психічної стійкості в контексті особистісних якостей представлена 4 факторами, що пояснюють 55,33% кумулятивної дисперсії (див. Табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Факторна модель нервово–психічної стійкості в контексті особистісних якостей, у групі з низьким рівнем нервово–психічної стійкості

Фактор 1 «Стриманість»	Фактор 2 «Тривожність та індивідуалістичність»	Чинник 3 «Консерватизм»	Чинник 4 «Низький внутрішній контроль»
H–боязкість смівлівість 0,83	8–шкала індивідуалістичності, шизофренії 0,85	Q1–консерватизм– радикалізм (–0,71)	O–спокій– тривожність 0,61

Фактор 1 «Стриманість»	Фактор 2 «Тривожність та індивідуалістичність»	Чинник 3 «Консерватизм»	Чинник 4 «Низький внутрішній контроль»
0–шкала інтраверсія– екстраверсія, соціальна інтраверсія (–0,80)	7–шкала тривожності, психастенії 0,81	I–жорсткість – чутливість (–0,69)	Q3–низький високий самоконтроль (–0,57)
F–стриманість– експресивність 0,77	2–шкала депресії 0,70	G–низька – висока нормативність поведінки 0,66	A–замкнутість– товариство 0,51
Q2–конформізм– нонконформізм (–0,69)	1–шкала надконтролю 0,65	V–низький – високий інтелект (–0,64)	K–шкала корекції (–0,48)
Q4–розслабленість – напруженість (–0,62)	6–шкала ригідності, параної 0,64	L–довірливість – підозрілість 0,63	9–шкала оптимізму активності 0,44
C–емоційна стабільність – нестабільність (0,61)	4–шкала імпульсивності 0,63		
L–шкала брехні 0,49	M–практичність– мрійливість 0,63		
4–шкала емоційної лабільності 0,48			
F–шкала надійності (–0,47)			

У перший фактор, факторне навантаження якого склало 16,93%, з найбільшою факторною вагою увійшли такі шкали як: Н–боязкість–сміливість (0,83); 0–шкала інтраверсія–екстраверсія, соціальна інтраверсія (–0,80); F–стриманість–експресивність (0,77); Q2–конформізм–нонконформізм (–0,69); Q4–розслабленість–напруженість (–0,62); C–емоційна стабільність–нестабільність

(0,61); L–шкала брехні (0,49); 4–шкала емоційної лабільності (0,48); F–шкала надійності (–0,47).

Цей чинник характеризує осіб емоційно стриманих, із високим рівнем чутливості, розслаблених, конформних, соціально не активних. Цей фактор названий– «Стриманість».

У другий фактор, факторне навантаження якого склало 15,74%, з найбільшою факторною вагою увійшли такі шкали як: 8–шкала індивідуалістичності, шизофренії (0,85); 7–шкала тривожності, психастенії (0,81); 2–шкала депресії (0,70); 1–шкала надконтролю (0,65); 6–шкала ригідності, параної (0,64); 4–шкала імпульсивності (0,63); М–практичність–мрійливість (0,63).

Даний фактор характеризується непередбачуваністю вчинків, необґрунтованою невпевненістю та боязкістю, незадоволеністю, схильністю до педантизму, імпульсивністю. Даний фактор названий– «Тривожність та індивідуалістичність».

У третій фактор, факторне навантаження якого склало 13,53%, з найбільшою факторною вагою увійшли такі шкали як: Q1–консерватизм–радикалізм (–0,71); І–жорсткість–чутливість (–0,69); G–низька–висока нормативність поведінки (0,66); В–високий–високий інтелект (–0,64); L–довірливість–підозрілість (0,63).

Даний фактор характеризується консерватизмом, низьким рівнем оперативності мислення та вербальної культури, а також ерудиції, високим регулюванням соціальної поведінки, настороженим ставленням до людей. Цей фактор названий–«Консерватизм».

У четвертий фактор, факторне навантаження якого склало 9,13%, з найбільшою факторною вагою увійшли такі шкали як: О–спокій–тривожність (0,61); Q3–низький–високий самоконтроль (–0,57); А–замкнутість–товариськість (0,51); К–шкала корекції (–0,48); 9–шкала оптимізму та активності (0,44).

Цей чинник характеризується тривожністю, низьким рівнем внутрішнього контролю особистості. Цей фактор названий– «Низький внутрішній контроль».

Отже, в отриманій факторній моделі низької нервово–психічної стійкості в контексті особистісних якостей виявлено такі компоненти як: «стриманість»,

«тривожність та індивідуалістичність», «консерватизм», «низький внутрішній контроль».

3.2 Профілактика нервово–психічних зривів у професійній діяльності співробітників протипожежної служби

Рекомендації щодо практичного застосування результатів дослідження були розроблені на основі когнітивно–поведінкового підходу.

Когнітивно–поведінкові вправи–це лікувально–профілактичні засоби психотерапії, що є когнітивними засобами самовпливу.

Одне з ключових понять когнітивно–поведінкової терапії, виявляється у тому, що головне джерело всіх проблем людини, з величезною ймовірністю перебуває у самій людині. Дискомфорт йому приносять не самі проблематичні ситуації, яке сприйняття цієї ситуації, його думки, оцінки себе та оточуючих людей. Людині притаманні когнітивні схеми (наприклад: «Чоловік до 30–ти років повинен мати і сім'ю і досягти успіхів у кар'єрі») та когнітивні спотворення (наприклад: «передбачення майбутнього») і водночас наявність у людини автоматичних думок, які можуть спровокувати виникнення несприятливих емоцій.

На основі цього нами були розроблені рекомендації для співробітників протипожежної служби щодо підвищення нервово–психічної стійкості та зниження прогнозованих зривів у процесі службової діяльності. Ця програма може бути рекомендована до застосування психологам, які працюють у цих структурах.

Рекомендації для працівників протипожежної служби.

Мета – розвиток нервово–психічної стійкості та зниження ймовірності зривів у професійній діяльності.

Завдання:

1. Знайомство з техніками когнітивно–поведінкової терапії;
2. Підвищення рівня працездатності та нервово–психічної стійкості;
3. Знайомство з техніками саморегуляції.

1. Що таке нервово – психічна стійкість? Нервово–психічна стійкість–це індивідуальна здатність організму зберігати працездатність, за впливом стресової ситуації. Людина, з високою нервово–психічною стійкістю, в різних умовах, здатна виконувати встановлену перед ним завдання. Нервово–психічна стійкість

виключно важлива людям, чий життя об'єднане з небезпечними умовами професійної діяльності.

Основні компоненти нервово–психічної стійкості:

1. Результативність діяльності в умовах стресу;
2. Уміння людини зберегти адекватність дій та контроль над емоціями у стресовій ситуації;
3. Самоконтроль над своєю поведінкою.

Ваші внутрішні установки, що супроводжуються спотворенням реальності, роблять вас більш уразливими у стресовій ситуації.

Як ви вважаєте у яких життєвих ситуаціях, у якій професійній діяльності людині потрібна нервово–психічна стійкість?

2. Контроль над думками. Існує теорія, що спростування однієї думки іншою, може викликати такий стан, який послаблює несприятливі емоції, або нейтралізує стимули, що запускають ці емоції. Необхідно намагатися шукати вагомих контраргументів, для кожної ірраціональної думки. Наприклад: «Я не зможу досягти успіху відразу у всіх сферах діяльності!» – «Неможливо процвітати у всьому!».

Чи є у вас способи саморегуляції у стресовій ситуації? Може, якимись певними методами ви користуєтеся?

3. Самостійне щоденне наповнення щоденника своїх емоцій думок. Рекомендується користуватися цим методом для відстеження динаміки власних думок та емоцій за день. Виявити систематичні помилки у своїх думках та емоціях допомагає–самоаналіз. Необхідно записувати найбільш нав'язливі думки та яскраві емоції за весь день. Це допоможе виявити ситуації, що регулярно повторюються, що викликають психологічний дискомфорт.

Чи може хтось із присутніх вже використовувати даний метод на практиці?

4. Техніка «За/проти». Ведення щоденника за спеціальною схемою:

Ситуація/реакція. Рекомендовано записувати важливу реакцію та описати ситуацію, яка її викликала. Поставити бал емоції, яку ви зазнали від 10 до 100 балів.

Думки. Опишіть ваші роздуми щодо цієї ситуації

«За». Необхідно оцінити ситуацію із боку. Чи існує якимсь підтвердження достовірності ваших думок? Чи є користь чи вигода для вас у подібному типі мислення?

«Проти». Оцінивши ситуацію, запишіть негативний вплив на вас такого мислення.

«Висновки». Проаналізуйте результати проведеної роботи. Як у ваших очах тепер виглядає ця ситуація? Чи змінилося ваше ставлення до неї? Що змінилося?

5. «Пошук автоматичних думок – заповнення порожнечі». Автоматичні думки–фоніві «нав'язливі» думки. Подібні думки активізують психологічний дискомфорт та втому. Перешкоджають адекватному реагуванню на ситуації.

Виявити автоматичні думки вам зможе допомогти техніка «Заповнення порожнечі».

Вам необхідно поділити ситуацію на 3 пункти:

1. Ситуація (опис самої ситуації), наприклад, завтра необхідно йти на зустріч випускників;

2. Порожнеча (нав'язливі думки), наприклад: невпевненість в своєю самореалізації, порівняно з колишніми однокласниками;

3. Результат (неадекватна реакція), наприклад: почуття сорому, невпевненість у собі, відмова від зустрічі.

Спочатку необхідно вписати перший і третій пункт, потім переходити до заповнення другого пункту. Важлива чесність із самим собою. Дайте відповідь собі на запитання—що я насправді відчував?

Знайдені негативні установки необхідно виправляти. У цьому вам можуть допомогти техніки корекції:

1. «Що станеться потім?». Занепокоєння, страх і тривога виникають безпосередньо через згубність ситуації. Ми у своїй уяві формуємо та розвиваємо цю ситуацію до величезних масштабів. Намагаємося знайти підтвердження нашим побоюванням.

Чим частіше ми турбуємося, тим більше розшукуємо докази достовірності наших думок по колу.

Щоб впоратися, необхідно поставити собі питання – «що станеться потім?», наприклад: «Я боюся йти на зустріч випускників!», «Що буде якщо я піду?», «Я ж не помру?», «Я погано почуватимуся?», «Що я зможу зробити якщо мені раптом стане погано?».

2. «Переоцінка ситуації». Позбутися нав'язливих думок допомагає повторне проживання цієї ситуації. Тільки необхідно трохи поекспериментувати. Прожити знову цю ситуацію зробивши всі дії – «навпаки», і перевірити, наскільки дійсний цей метод.

Техніки саморегуляції у стресовій ситуації.

Найпростіший і найдієвіший спосіб саморегуляції, в умовах стресу – розслаблення м'язової мускулатури. Умівши розслаблювати м'язи обличчя і водночас свідомо контролювати їхній стан, можна навчитися контролювати свій емоційний стан.

Потерти долоні. Дійсний і простий спосіб скинути емоційну напругу та уникнути стресу – потерти свої долоні один про одного, щоб вони стали гарячими.

Протистресове дихання. Повільно вдихніть повітря через ніс, а потім на найсильнішому наповненні легень повітрям затримайте дихання, далі повільно видихніть знову через ніс. Під час дихання уявляйте собі як з кожним вдихом і видихом ви поступово позбавляєтеся емоційної напруги.

Інвентаризація. Огляньте довкола і уважно огляньте приміщення, в якому ви знаходитесь. Повільно, не поспішаючи, подумки знайдіть у приміщенні, в якому Ви знаходитесь 7 синіх (будь-який інший колір) предметів, переберіть всі предмети один за одним. Постарайтеся повністю зосередитися на цій інвентаризації. Говоріть подумки самому собі: Сині фіранки, синя ваза для квітів. Зосередившись на кожному окремому предметі, ви відволікаєтеся від внутрішньої стресової напруги, звертаючи увагу на раціональне сприйняття навколишнього оточення.

ВИСНОВКИ

1. В результаті теоретико–методологічного аналізу вітчизняної та зарубіжної літератури стало очевидним, що нервово–психічна стійкість особистості є важливим аспектом вивчення людської психології. Поняття та концепції нервово–психічної стійкості виявилися досить багатограними і включали в себе такі аспекти, як емоційна стійкість, стресостійкість, психологічна адаптація до складних ситуацій тощо.

2. Вивчення особливостей умов роботи працівників державної протипожежної служби у взаємозв'язку з нервово–психічною стійкістю особистості та особистісними якостями дало змогу розглянути взаємодію між професійним середовищем і психологічними характеристиками особистості. Виявлено, що на роботу працівників протипожежної служби суттєво впливають стресові ситуації, високі вимоги до реакційності та швидкості прийняття рішень. Нервово–психічна стійкість та особистісні якості, такі як самоконтроль, впевненість у собі, здатність до співробітництва, виявились важливими умовами успішної роботи у цій професії.

3. Під час теоретичного дослідження формування нервово–психічної стійкості працівників протипожежної служби було встановлено, що цей процес є багатоступінчастим і залежить від багатьох факторів. Важливими компонентами формування нервово–психічної стійкості є професійна підготовка, практичний досвід роботи у складних умовах, підтримка психологічного клімату у колективі, а також самоосвіта та саморозвиток працівників. Зазначено, що формування нервово–психічної стійкості повинно здійснюватись системно і включати як індивідуальний, так і колективний підхід.

4. Діяльність співробітників ГУ ДСНС є екстремальною та небезпечною, тому вони потребують нервово–психічної стійкості у стресових ситуаціях. Фахівці ГУ ДСНС, що прибирають загоряння та управляються зі ситуаціями, піддаються впливу багатьох негативних факторів ззовні. Відмінні риси особистості безпосередньо пов'язані з нервово–психічною стійкістю: особи з низьким рівнем нервово–психічної стійкості можуть мати ознаки непостійності,

безвідповідальності, імпульсивності, недисциплінованості та залежності від групової думки, тоді як у співробітників з високим рівнем нервово–психічної стійкості спостерігається почуття обов'язку, виконання групових та моральних норм, стабільність, сумлінність, ділова спрямованість, креативність, цілеспрямованість та прогнозування результатів своїх дій. Були створені факторні моделі, що відображають особистісні особливості працівників протипожежної служби в залежності від рівня їхньої нервово–психічної стійкості.

5. Розроблено рекомендації щодо підвищення рівня нервово–психічної стійкості та зниження ймовірності нервово–психічних зривів у процесі професійної діяльності для співробітників протипожежної служби...

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Аболін, Л. М. Психологічні механізми емоційної стійкості людини / Л. М. Аболін. – К: Видавництво, 2017. – 262 с.
2. Артюшин, Л. М. Праця в особливих умовах / Л. М. Артюшин. – К.: Либідь, 2018. – 94 с.
3. Балабанова, Л. В. Управління персоналом: підручник / Л. В. Балабанова, О. В. Сардак. – К.: Центр учбової літератури, 2018. – 468 с.
4. Балл, Г. Духовність професіонала та педагогічне сприяння її становленню: орієнтири психологічного аналізу / Г. Балл. – Київ, 2017. – С. 217–232.
5. Баранов, А. А. Стресостійкість та майстерність педагога / А. А. Баранов. – Львів:ТМІН, 2017. – 107 с.
6. Бодров, В. А. Психологічний стрес / В. А. Бодров. – М: Вид-во «ПЕРСЕ», 2016. – 352 с.
7. Бондаренко, Л. Ю. Підготовка пожежників та рятувальників / Л. Ю. Бондаренко. – М.: Медична підготовка, 2018. – 354 с.
8. Вассерман, Л. І. Подолання стресу: теорія та психодіагностика / Л. І. Вессерман. – Тернопіль: Мова, 2018. – 192 с.
9. Вихопень, С. В. Навчальна середа закладу вищої освіти системи МВС як чинник професійної деформації майбутнього фахівця / С. В. Вихопер. – Харків: МВС, 2020. – С. 23 – 31.
10. Вихопень, С. В. Соціально–психологічні особливості професійної деформації поліцейських як чинника їхньої підготовки / С. В. Вихопень. – Харків: МВС, 2020. – С. 282 – 284.
11. Вихрущ, В. Психодидактика вищої школи: інноваційні методи навчання: [навчальний посібник] / В. Вихрущ, С. Гуменюк, О. Вихрущ–Олексюк. – Тернопіль: Крок, 2017. – 280 с.
12. Скрипченко, О. В. Вікова та педагогічна психологія / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук, І. С. Булах. – К.: Просвіта, 2021. – 416 с.
13. Воронкова, В. Г. Управління людськими ресурсами / В. Г. Воронкова. – К.: ВД «Професіонал», 2016. – 576 с.

14. Галян, О. І. Експериментальна психологія / О. І. Галян. –Л.: Альмамаатір, 2018. – 402 с.
15. Дяченко, М. І. Про підходи до вивчення емоційної стійкості / М. І. Дяченко. – Київ: Питання психології, 2021. – С. 34–40.
16. Тімченко, О. В. Екстремальна психологія / О. В.Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2017. – 502 с.
17. Карамушка, Л. М. Психологія управління / Л. М. Карамушка. – К.: Міленіум, 2018. – 344 с.
18. Карпов, О. В. Поняття професійно важливих якостей діяльності / О. В. Карпов. – Тернопіль: Психологія праці, 2020. – 352 с.
19. Католик, Г. Техногенні катастрофи: психологічна допомога очевидцям та потерпілим / Г. Католик. – Львів: Червона калина, 2018. – 144 с.
20. Кафідов, В. В. Соціологія пожежної безпеки / В. В. Кафідов, В. М. Севастьянов. – Тернопіль, 2018. – 364 с.
21. Кокун, О. М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця / О. М. Кокун. – Київ: Інформ.–аналіт. агенство, 2018. – 200 с.
22. Корольчук, М. С. Соціально–психологічне забезпечення діяльності у звичайних та екстремальних умовах / М. С. Корольчук. – Київ, «Ніка–Центр», 2016. – 576 с.
23. Лебедев, І. Б. Психологічні механізми, стратегії та ресурси стрес долає поведінки (копінг–поведінки) фахівців екстремального профілю / І. Б. Лебедь. – Львів: РПВіК, 2019. – 225 с.
24. Лозгачова, О. В. Формування стресостійкості на етапі професіоналізації: На прикладі юридичного ВНЗ / О. В. Лозгачова. – Київ, 2017. – 125 с.
25. Магда, В. А. Дослідження «коефіцієнту емоційної насиченості діяльності» як визначального критерію професійної деформації у діяльності фахівців МНС / В. А. Магда. – Хмельницький, 2021. – 321 с.
26. Магда, В. А. Дослідження проявів професійної деформації керівного складу ОВС крізь призму самосприйняття власної особистості / В. А. Магда. – Хмельницький, 2020. – 279 с.

27. Магда, В. А. Особливості взаємозв'язку мотивації вибору професії рятувальника та локусу контролю особистості та їх вплив на розвиток професійної деформації працівників МНС / В. А. Магда. – Харків: Харківський національний університет цивільної захисту України, 2010. – 319 с.

28. Мазілов, В. А. Наукова психологія: тернистий шлях до інтеграції / В. А. Мазілов. – Ярославль, 2018. – С. 205–237.

29. Максименко, Т. С. Вплив стресових факторів на емоційний стан працівників МНС / Т. С. Максименко. – Харків, 2018. – С. 9–17.

30. Маясова, Т. В. Вплив професійної діяльності на стресостійкість / Т. В. Маясова. – Вісник Мінінського університету, 2018. – С. 14–17.

31. Моросанова, В. І. Особистісні аспекти саморегуляції довільної активності людини / В. І. Моросанова. – Київ: ММРiК, 2022. – С. 16–25.

32. Овсяннікова, Я. О. Підвищення стресоусталеності персоналу МНС методами інноваційних технологій / Я. О. Овсяннікова. – Харків: Академія внутрішніх військ МВС України, 2019. – С. 52.

33. Овсяннікова, Я. О. Формування стресостійкості рятувальників з використанням інноваційних технологій / Я. О. Овсяннікова. – Харків: УЦЗУ, 2017. – С. 87–93.

34. Овсяннікова, Я. О. Проблеми екстремальної та кризової психології / Я. О. Овсяннікова. – Харків: УЦЗУ, 2017. – С. 330–336.

35. Оніщенко, Н. В. Особливості професійної деформації у працівників аварійнорятувальних підрозділів МНС України: монографія / Н. В. Оніщенко, В. А. Старий, О. В. Тимченко, В. Є. Христенко. – Харків.: Нац. ун–т цив. зах. України, 2017. – 150 с.

36. Реан, А. А. Чинники стресостійкості вчителів / А. А. Реан. – Питання психології, 2017. – С. 22–31.

37. Рубінштейн, С. Л. Основи загальної психології / С. Л. Рубінштейн. – Київ. – 2019. – 720 с.

38. Сергієнко, Н. П. Стресостійкість працівників МНС на різних етапах професіоналізації / Н. П. Сергієнко. – Харків : НУЦЗУ, 2020. – С. 200–201.

39. Старик, В. А. Взаємозв'язок особистісної установки та типових форм поведінки у рятувальників / В. А. Старик. – Київ : НАОУ. 2018. – С. 305–308.

40. Старик, В. А. Правові засади професійної діяльності фахівців аварійнорятувальних підрозділів МНС України як передумови формування їх професійної деформації / В. А. Старик. – Київ : НАОУ, 2022. – С. 251–255

41. Тарабіна, Н. В. Практикум з психології посттравматичного стресу / Н. В. Тарабіна. – Київ, 2016. – 272 с.

42. Титаренко, Т. М. Профілактика порушень адаптації молоді до повсякденних стресів та кризових життєвих ситуацій / Т. М. Титаренко. – Київ : Міленіум, 2022. – 272 с.

43. Тімченко, О. В. Професійний стрес працівників органів внутрішніх справ України / О. В. Тімченко. – Харків: Ранок. – 2019. – 135 с.

ДОДАТОК А

Результати однофакторного дисперсійного аналізу (ANOVA)

		Сума квадратів	т.св.	Середній квадрат		Значимість
«Замкненість – товариськість» – А	Між групами	,098		,098	024	,878
	Усередині груп	303,836	4	4,106		
	Усього	303,934	5			
«Низький – високий інтелект» –В	Між групами	11,083		11,083	,418	,124
	Усередині груп	339,167		4,583		
	Усього	350,250	5			
«Емційна стабільність – нестабільність» – С	Між групами	,881		,881	443	,508
	Усередині груп	147,277	4	1,990		
	Усього	148,158	5			
«Конформність – домінантність» – Е	Між групами	,746		,746	344	,559
	Усередині груп	160,241	4	2,165		
	Усього	160,987	5			
«Стриманість – експресивність» – F	Між групами	,141		,141	060	,808
	Усередині груп	174,964	4	2,364		
	Усього	175,105	5			
«Низька – висока нормативність поведінки» – G	Між групами	24,070		24,070	,999	,017
	Усередині груп	96,917	4	4,012		
	Усього	320,987	5			
«Робіть – сміливість» – Н	Між групами	,000		,000	000	,994
	Усередині груп	219,158	4	2,962		
	Усього	219,158	5			
«Жорсткість – чутливість» – І	Між групами	4,369		4,369	,126	,292
	Усередині груп	287,158	4	3,881		
	Усього	291,526	5			
«Довірливість – підозрілість» – L	Між групами	3,715		3,715	753	,388
	Усередині груп	365,167	4	4,935		
	Усього	368,882	5			
«Практичність – метальність» – М	Між групами	4,474		4,474	,389	,242
	Усередині груп	238,408	4	3,222		
	Усього	242,882	5			

		Сума квадратів	т.св.	Середній квадрат		Значимість
«Прямолінійність дипломатичність» N	Між групами	,564		,564	161	,689
	Усередині груп	258,857	4	3,498		
	Усього	259,421	5			
«Спокій – тривожність» – O	Між групами	1,326		1,326	334	,565
	Усередині груп	293,345	4	3,964		
	Усього	294,671	5			
«Консерватизм – радикалізм» – Q1	Між групами	3,385		3,385	889	,349
	Усередині груп	281,813	4	3,808		
	Усього	285,197	5			
«Конформізм – нонконформізм» – Q2	Між групами	29,641		29,641	,247	,025
	Усередині груп	417,991	4	5,649		
	Усього	447,632	5			
«Низький – високий самоконтроль» – Q3	Між групами	,001		,001	000	,989
	Усередині груп	224,881	4	3,039		
	Усього	224,882	5			
«Розслабленість – напруженість» – Q4	Між групами	,835		,835	359	,551
	Усередині груп	171,836	4	2,322		
	Усього	172,671	5			
«Шкала брехні» – L	Між групами	269,634		269,634	,537	,115
	Усередині груп	7865,774	4	106,294		
	Усього	8135,408	5			
«Шкала надійності» – F	Між групами	25,063		25,063	301	,585
	Усередині груп	6167,095	4	83,339		
	Усього	6192,158	5			
«Шкала корекції» – K	Між групами	378,763		378,763	,826	,054
	Усередині груп	7325,658	4	98,995		
	Усього	7704,421	5			
«Шкала над контролю» – 1	Між групами	,035		,035	001	,977
	Усередині груп	3060,741	4	41,361		
	Усього	3060,776	5			

		Сума квадратів	т.св.	Середній квадрат		Значимість
«Шкала депресії» – 2	Між групами	50,714		50,714	850	,360
	Усередині груп	4417,443	4	59,695		
	Усього	4468,158	5			
«Шкала емоційної лабільності» – 3	Між групами	703		703	011	,917
	Усередині груп	4702,086	4	63,542		
	Усього	4702,789	5			
«Шкала імпульсивності» – 4	Між групами	,602		,602	010	,920
	Усередині груп	4374,345	4	59,113		
	Усього	4374,947	5			
«Шкала мужності – жіночності» – 5	Між групами	63,960		63,960	480	,491
	Усередині груп	9859,027	4	133,230		
	Усього	9922,987	5			
«Шкала ригідності параної» – 6	Між групами	87,174		87,174	,477	,228
	Усередині груп	4366,774	4	59,010		
	Усього	4453,947	5			
«Шкала тривожності, психастенії» – 7	Між групами	,004		,004	000	,994
	Усередині груп	4387,193	4	59,286		
	Усього	4387,197	5			
«Шкала індивідуалістичності– шизофренії» – 8	Між групами	1,003		1,003	012	,912
	Усередині груп	6065,774	4	81,970		
	Усього	6066,776	5			
«Шкала оптимізму та активності» – 9	Між групами	51,072		51,072	620	,434
	Усередині груп	6096,336	4	82,383		
	Усього	6147,408	5			
«Шкала інтраверсія – екстраверсія, соціальна інтраверсія» – 0	Між групами	37,303		37,303	526	,471
	Усередині груп	5251,381	4	70,965		
	Усього	5288,684	5			

ДОДАТОК Б

Таблиця 1

Результати кореляційного аналізу Спірмена (у групі з низьким рівнем нервово-психічної стійкості)

«Замкненість товарицькість» – А	Коефіцієнт кореляції	–,108
	Знач. (двостороння)	,583
	N	28
«Низький високий інтелект»–В	Коефіцієнт кореляції	,015
	Знач. (двостороння)	,941
	N	28
«Емоційна стабільність – нестабільність» – С	Коефіцієнт кореляції	–,702**
	Знач. (двостороння)	,000
	N	28
«Конформність – домінантність» – Е	Коефіцієнт кореляції	–,106
	Знач. (двостороння)	,591
	N	28
«Стриманість – експресивність» – F	Коефіцієнт кореляції	–,541**
	Значення	,003
«Низька висока нормативність поведінки» – G	(двостороння)	
	N	28
	Коефіцієнт кореляції	,296
	Знач. (двостороння)	,126
	N	28
«Робіть – сміливість» – Н	Коефіцієнт кореляції	–,474 *
	Знач. (двостороння)	,011
	N	28
«Жорсткість – чутливість» – І	Коефіцієнт кореляції	–,388 *
	Знач. (двостороння)	,042
	N	28
«Довірливість – підозрілість» – L	Коефіцієнт кореляції	,349
	Знач. (двостороння)	,069
	N	28
«Практичність – мрійливість» – М	Коефіцієнт кореляції	–,073
	Знач. (двостороння)	,713
	N	28
«Прямолінійність – дипломатичність» – N	Коефіцієнт кореляції	–,066
	Знач. (двостороння)	,739
	N	28
«Спокій – тривожність» – О	Коефіцієнт кореляції	,511**
	Знач. (двостороння)	,005
	N	28
«Консерватизм – радикалізм» – Q1	Коефіцієнт кореляції	–,204

	Знач. (двостороння)	,299
	N	28
«Конформізм – нонконформізм» – Q2	Коефіцієнт кореляції	,365
	Знач. (двостороння)	,056
	N	28
«Низький високий самоконтроль» – Q3	Коефіцієнт кореляції	–,143
	Знач. (двостороння)	,467
	N	28
«Розслабленість – напруженість» – Q4	Коефіцієнт кореляції	,554**
	Знач. (двостороння)	,002
	N	28
«Шкала брехні» – L	Коефіцієнт кореляції	–,464 *
	Знач. (двостороння)	,013
	N	28
«Шкала надійності» – F	Коефіцієнт кореляції	,348
	Знач. (двостороння)	,069
	N	28
«Шкала корекції» – K	Коефіцієнт кореляції	–,273
	Знач. (двостороння)	,160
	N	28
«Шкала над контролю» – 1	Коефіцієнт кореляції	–,307
	Знач. (двостороння)	,111
	N	28
«Шкала депресії» – 2	Коефіцієнт кореляції	–,165
	Знач. (двостороння)	402
	N	28
«Шкала емоційної лабільності» – 3	Коефіцієнт кореляції	–,601**
	Знач. (двостороння)	,001
	N	28
«Шкала імпульсивності» – 4	Коефіцієнт кореляції	,016
	Знач. (двостороння)	,935
	N	28
«Шкала мужності – жіночності» – 5	Коефіцієнт кореляції	,033
	Знач. (двостороння)	,867
	N	28
«Шкала ригідності, параної» – 6	Коефіцієнт кореляції	–,180
	Знач. (двостороння)	,360
	N	28
«Шкала тривожності, психастенії» – 7	Коефіцієнт кореляції	,013
	Знач. (двостороння)	,946
	N	28
«Шкала індивідуалістичності – шизофренії» – 8	Коефіцієнт кореляції	,087
	Знач. (двостороння)	,659
	N	28

«Шкала оптимізму та активності» – 9	Коефіцієнт кореляції	–,069
	Знач. (двостороння)	,728
	N	28
«Шкала інтраверсія – екстраверсія, соціальна інтраверсія» – 0	Коефіцієнт кореляції	,646**
	Знач. (двостороння)	,000
	N	28
«Нервово – психічна стійкість»	Коефіцієнт кореляції	1,000
	Знач. (двостороння)	
	N	28

Таблиця 2

Результати кореляційного аналізу Спірмена (у групі з високим рівнем нервово–психічної стійкості)

«Замкненість – товарицькість» – А	Коефіцієнт кореляції	–,067
	Знач. (двостороння)	,652
	N	48
«Низький високий інтелект» – В	Коефіцієнт кореляції	,217
	Знач. (двостороння)	,139
	N	48
«Емоційна стабільність – нестабільність» – С	Коефіцієнт кореляції	,119
	Знач. (двостороння)	,422
	N	48
«Конформність – доміантність» – Е	Коефіцієнт кореляції	,080
	Знач. (двостороння)	,590
	N	48
«Стриманість – експресивність» – F	Коефіцієнт кореляції	–,013
	Знач. (двостороння)	,931
	N	48
«Низька висока нормативність поведінки» – G	Коефіцієнт кореляції	–,158
	Знач. (двостороння)	,284
	N	48
«Робіть – сміливість» – Н	Коефіцієнт кореляції	,263
	Знач. (двостороння)	,071
	N	48
«Жорсткість – чутливість» – І	Коефіцієнт кореляції	–,005
	Знач. (двостороння)	,973
	N	48
«Довірливість – підозрілість» – L	Коефіцієнт кореляції	,277
	Знач. (двостороння)	,057
	N	48
«Практичність – мрійливість» – М	Коефіцієнт кореляції	,036
	Знач. (двостороння)	,807

	N	48
«Прямолінійність – дипломатичність» – N	Коефіцієнт кореляції	,272
	Знач. (двостороння)	,061
	N	48
«Спокій – тривожність» – O	Коефіцієнт кореляції	–,024
	Знач. (двостороння)	,870
	N	48
«Консерватизм – радикалізм» – Q1	Коефіцієнт кореляції	–,062
	Знач. (двостороння)	,675
	N	48
«Конформізм – нонконформізм» – Q2	Коефіцієнт кореляції	–,241
	Знач. (двостороння)	,099
	N	48
«Низький високий самоконтроль» – Q3	Коефіцієнт кореляції	,033
	Знач. (двостороння)	,821
	N	48
«Розслабленість – напруженість» – Q4	Коефіцієнт кореляції	–,070
	Знач. (двостороння)	,634
	N	48
«Шкала брехні» – L	Коефіцієнт кореляції	–,097
	Знач. (двостороння)	,510
	N	48
«Шкала надійності» – F	Коефіцієнт кореляції	–,101
	Знач. (двостороння)	,495
	N	48
«Шкала корекції» – K	Коефіцієнт кореляції	,438**
	Знач. (двостороння)	,002
	N	48
«Шкала надконтролю» – 1	Коефіцієнт кореляції	,179
	Знач. (двостороння)	,224
	N	48
«Шкала депресії» – 2	Коефіцієнт кореляції	,002
	Знач. (двостороння)	,988
	N	48
«Шкала емоційної лабільності» – 3	Коефіцієнт кореляції	,093
	Знач. (двостороння)	,532
	N	48
«Шкала імпульсивності» – 4	Коефіцієнт кореляції	,145
	Знач. (двостороння)	,325
	N	48
«Шкала мужності – жіночності» – 5	Коефіцієнт кореляції	,262
	Знач. (двостороння)	,073
	N	48
«Шкала ригідності, параної» – 6	Коефіцієнт кореляції	,064

	Знач. (двостороння)	,666
	N	48
«Шкала тривожності, психастенії» – 7	Коефіцієнт кореляції	,205
	Знач. (двостороння)	,163
	N	48
«Шкала індивідуалістичності – шизофренії» – 8	Коефіцієнт кореляції	,139
	Знач. (двостороння)	,345
	N	48
«Шкала оптимізму та активності» – 9	Коефіцієнт кореляції	–,225
	Знач. (двостороння)	,125
	N	48
«Шкала інтраверсія – екстраверсія, соціальна інтраверсія» – 0	Коефіцієнт кореляції	–,074
	Знач. (двостороння)	,618
	N	48
«Нервово – психічна стійкість»	Коефіцієнт кореляції	1,000
	Знач. (двостороння)	–,074
	N	48

ДОДАТОК В

Таблиця 1

Результати факторного аналізу (групи з низьким рівнем нервово–психічної стійкості)

Повернена матриця компонентів				
	Компонент			
	1	2	3	4
«Робіть – сміливість» – Н	,830	,069	,050	,132
«Шкала інтраверсія – екстраверсія, соціальна інтраверсія» – 0	806	,317	,230	–,024
«Стриманість – експресивність» – F	778	,115	,020	,145
«Конформізм – нонконформізм» – Q2	,695	,249	,090	–,147
«Розслабленість – напруженість» – Q4	,624	,148	,478	,363
«Емційна стабільність – нестабільність» – С	,619	,071	,514	–,324
«Шкала брехні» – L	,498	,334	,231	–,257
«Шкала емоційної лабільності» – 3	,487	,428	,421	–,280
«Шкала надійності» – F	,475	,440	,300	,271
«Шкала індивідуалістичності – шизофренії» – 8	,295	,856	,015	,146
«Шкала тривожності, психастенії» – 7	,239	,815	,042	,142
«Шкала депресії» – 2	,192	,700	,156	–,118
«Шкала надконтролю» – 1	,016	,651	,474	–,274
«Шкала ригідності, параної» – 6	,317	,641	,252	,119
«Шкала імпульсивності» – 4	,193	,639	,150	,328
«Практичність – мрійливість» – М	,337	,637	,272	–,006
«Конформність – домінантність» – Е	,138	,352	,270	–,228
«Консерватизм – радикалізм» – Q1	,144	,058	,710	,070
«Жорсткість – чутливість» – І	,071	,028	,696	,257
«Низька – висока нормативність поведінки» – G	,199	,103	,668	–,227
«Низький – високий інтелект» – В	,226	,259	,647	–,085
«Довірливість – підозрілість» – L	,322	,291	,636	,118
«Прямолінійність – дипломатичність» – N	,250	,016	,348	,339
«Спокій – тривожність» – О	,349	,051	,350	,617
«Низький – високий самоконтроль» – Q3	,009	,062	,052	–,576
«Замкненість – товариськість» – А	,354	,055	,181	,514
«Шкала корекції» – К	,070	,116	,089	–,489
«Шкала оптимізму та активності» – 9	,024	,027	,096	,445
«Шкала мужності – жіночності» – 5	,250	,016	,348	,398
	120	,145	,101	,0247

Результати факторного аналізу (групи з високим рівнем нервово–психічної стійкості)

Повернена матриця компонентів				
	Компонент			
	1	2	3	4
«Шкала надконтролю» – 1	860	,103	,025	,052
«Шкала корекції» – К	831	,147	,077	–,026
«Шкала індивідуалістичності –шизофренії» – 8	808	303	,033	,054
«Шкала емоційної лабільності» – 3	634	,076	,331	–,035
«Шкала імпульсивності» – 4	608	072	429	,292
«Шкала брехні» – L	437	191	,374	–,305
«Спокій – тривожність» – O	,418	,014	,037	–,017
«Емційна стабільність – нестабільність» – С	345	,753	,013	–,005
«Консерватизм – радикалізм» – Q1	010	,641	178	,118
«Шкала надійності» – F	259	599	081	,171
«Низький – високий інтелект» –В	,103	,592	025	,348
«Шкала депресії» – 2	227	589	,329	–,119
«Довірливість – підозрілість» – L	,017	568	,007	,388
«Конформізм – нонконформізм» – Q2	,123	565	303	–,022
«Шкала тривожності, психастенії» – 7	490	556	,058	,039
«Шкала інтраверсія – екстраверсія, соціальна інтраверсія» – 0	,417	513	,127	,075
«Робіть – сміливість» – Н	395	,499	007	–,265
«Прямолінійність – дипломатичність» –N	054	436	,157	,230
«Жорсткість – чутливість» – I	,117	,264	,185	–,101
«Практичність – мрійливість» – М	107	,156	625	,112
«Низька – висока нормативність поведінки» – G	428	293	595	–,126
«Розслабленість – напруженість» – Q4	,325	470	494	–,251
«Стриманість – експресивність» – F	,215	,149	485	–,228
«Шкала оптимізму та активності» – 9	,101	,047	425	–,016
«Конформність – домінантність» – E	184	110	219	,751
«Шкала мужності –жіночності» – 5	147	,088	,011	–,642
«Шкала ригідності, параної» – 6	370	,021	,218	,526
«Замкненість – товариськість» – А	378	,374	369	–,456
«Низький – високий самоконтроль» – Q3	,010	,120	,300	,385