

ної діяльності при впровадженні в загальний навчальний процес практичної програми забезпечується виконанням таких психологічних умов як творче моделювання, експериментування, вільний обмін думками, експертна оцінка; застосуванням методів та технік активного навчання, що забезпечують глибоке включення учасників у навчальний процес.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга / Вачков И. В. – М. : «Ось-89», 1999. – 137 с.

2. Книш А.Є. Формування особистісної готовності до професійної діяльності майбутніх психологів-тренерів в процесі навчання у вищому навчальному закладі наукова стаття / А.Є. Книш, Г.В. Попова // Вісник Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна. Серія: Психологія. – Харків: ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2014 – Вип. 55 – С. 101-104.

3. Лефтеров В. О. Психологічні тренінгові технології в органах внутрішніх справ : [монографія : в 2-х т] / В. О. Лефтеров. – Донецьк : ДЮІ, 2008. – Т. I. : Методологія психотренінгу та його використання у професійно-психологічному розвитку персоналу, задіяного в екстремальних видах діяльності / В. О. Лефтеров. – 2008. – 242 с.

4. Макшанов С. И. Психология тренинга / Макшанов С. И. – СПб. : Речь, 2010. – 256 с.

5. Овсяннікова Я. О. Соціально-психологічний тренінг як засіб відновлення психологічної стійкості рятувальників ДСНС України : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.09 «Психологія діяльності в особливих умовах» / Я. О. Овсяннікова. – Х., 2010. – 19 с.

6. Приходько В. В. Соціально-психологічний тренінг як засіб формування комунікативної компетенції / В. В. Приходько // Вісник Львів. ун-ту. – 2005. – Вип. 19. – Ч.1. – С. 182–188.

УДК 159.9

*Кучеренко Н.С., аспірант кафедри практичної психології Української інженерно-педагогічної академії*

### **НЕРВОВО-ПСИХІЧНА СТІЙКІСТЬ ЯК ОДИН З ФАКТОРІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СЛУЖБОВО-БОЙОВОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ВНУТРІШНІХ ВІЙСЬК УКРАЇНИ**

У статті наведено аналіз проблеми вивчення нервово-психічної стійкості спеціалістів які виконують професійну діяльність в особливих умовах, розглянуті її основні методологічні положення, шляхи збереження або підвищення нервово-психічної стійкості фахівців.

*Ключові слова:* нервово-психічна стійкість, стрес, адаптаційний потенціал, діяльність в особливих умовах, екстремальна стійкість

В статті проведено аналіз проблеми изучения нервно - психической устоячивости специалистов, которые осуществляют профессиональную деятельность в особых условиях, рассмотрены ее основные методологические положения, пути сбережения или повышения нервно-психической устоячивости.

*Ключевые слова:* нервно - психическая устоячивость, стресс, адаптационный потенциал, деятельность в особых условиях, экстремальная стойкость.

**Постановка проблеми.** Процес реформування, участь в заходах забезпечення правопорядку, в антитерористичних операціях та інше вимагає нового рівня вирішення завдань по підвищенню психологічної готовності військовослужбовців до діяльності в особливих умовах. Одним з важливих шляхів підвищення ефективності виконання професійних функцій офіцерами внутрішніх військ є всебічне психологічне забезпечення їх службово-бойової підготовки.

В сучасний час офіцерами внутрішніх військ виконуються широке коло завдань і функцій в екстремальних умовах. Екстремальність їх діяльності є об'єктивно-суб'єктивною ознакою факторів і ситуацій діяльності яка виконується в особливих умовах. Цілком очевидно, що для екстремальних ситуацій, які несприятливо впливають і знижують ефективність рішення завдань, є характерним виникнення гострого внутрішнього конфлікту між вимогами, які висуває службово-бойова діяльність, і можливостями майбутніх офіцерів внутрішніх військ на даний момент. Тому установлення особистісних властивостей дасть можливість оцінити їх професійну придатність, спрогнозувати надійність діяльності, виробити диференційовані підходи та рекомендації щодо формування необхідного рівня професіоналізму.

З практичної точки зору вище зазначена проблема потребує прогнозування поведінки людей в екстремальних умовах, визначення наслідків їх впливу на психіку особистості та підготовки до відповідної поведінки в особливих умовах. Розв'язання цих задач є актуальним для психологічного забезпечення діяльності майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ, що виконують професійні обов'язки в особливих умовах діяльності.

Виконання завдань, які визначені керівництвом внутрішніх військ України перед військовослужбовцями досить часто здійснюється в умовах пов'язаних з переживанням професійного стресу. Швидкий технічний прогрес, високий ступінь відповідальності фахівців за якість діяльності різко підвищили вимоги до професійно важливих якостей офіцерів технічного профілю внутрішніх військ і насамперед, до рівня їх нервово-психічної стійкості.

Нервово-психічну стійкість майбутніх офіцерів внутрішніх військ важливо розглядати з точки зору оцінки її стану та умов формування, розвитку на різних етапах професійної діяльності. Проведене професіографічне дослідження зазначеної проблеми дасть можливість визначити, як фахівець опановує складними ситуаціями роботи, яку роль в оптимальному функціонуванні людини відіграє її індивідуальний досвід, стійкі ознаки психічних станів в структурі професіонала та інші.

Не вважаючи на те що проблемі нервово-психічної стійкості присвячене доволі значна кількість досліджень, але змістовні характеристики саме стійкості до стресу як важливого фактору психологічного забезпечення службово-бойової підготовки майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ, ефективності та надійності виконання ними професійних функцій розглядались не в значному обсягу, тому дослідження нервово-психічної стійкості, детермінант її проявів, залежності від факторів діяльності в особливих умовах, індивідуально типологічних особливостей особистості дасть змогу здійснити більш детальніше вивчення цього феномену.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** В дослідженнях як зарубіжних, так і вітчизняних вчених проблема вивчення нервово-психічної стійкості фахівця, котрий виконує професійну діяльність в особливих умовах відображена в працях Г. Сельє, де визначена послідовність основних етапів розвитку загального адаптаційного синдрому, розглядалась І.П. Павловим, В.С. Мерліним, Ю.В. Щербатих в рамках теорії темпераменту та індивідуальних властивостей нервової системи, П.К. Анохін, О.А. Конопкін, В.І. Степанський, Г.С. Гребенюк та ін. пов'язували стресостійкість з психічною саморегуляцією організму та самоконтролем особистості, Н.І. Наєнко, Т.А. Немчін з надійністю діяльності та працездатності, Н.І. Дяченко, Л.О. Кандибович з психологічною готовністю. Стійкість особистості до стресу і стресогенних чинників при виконанні діяльності в екстремальних умовах розглядалась в роботах О.А. Кириленко, В.Л. Маріщука, В.Ф. Моргуна, Г.С. Нікіфорова, Л.А. Перелигіной, В.П. Садкового, О.В. Тімченко. В роботах В.О. Моляко, В.О. Бодрова, Самойлова, Н.В. Тарабріна розглядалися рівні стресостійкості та їх вплив на успішність виконання спеціалістом професійних функцій в особливих умовах

Аналіз психологічних джерел свідчить про те, що детермінантами нервово-психічної стійкості є як характеристики екстремальної обстановки так індивідуально-психологічні характеристики особистості. В працях В.Л. Маріщука, К.В. Судакова, Н.К. Хитрова, Ю.В. Щербатих показано, що на нервово-психічну стійкість особистості впливають як природжені особливості організму так особистісні властивості, соціальні та когнітивні фактори.

В роботах П.Б. Зільбермана, А.Л. Злотнікова, І.І. Ліпатова, В.А. Плахтієнко, С.І. Сівіна та ін., досліджувалась проблема психологічного стресу спеціаліста при виконанні професійних обов'язків в особливих умовах діяльності, показано, що подолання негативних психологічних станів у військовослужбовців зростає при застосуванні відповідних стратегій психологічного забезпечення професійної діяльності, як когнітивні та психофізіологічні аспекти впливають на подолання стресового стану та підвищенні нервово-психічної стійкості.

Разом з тим особистісний контекст розв'язання проблеми стійкості до стресу може містити як нові конструктивні можливості її вирішення, так і розробку нових методів підготовки військовослужбовців для ефективного виконання ними своїх службових обов'язків.

**Виклад основного матеріалу.** Проблема надійності професійної діяльності, фахівців, які виконують її в особливих умовах є провідною в рамках основних проблем психології праці, інженерної психології, психології безпеки, вона має досить розроблені теоретичні основи і практичні результати, завдяки дослідженням В.А. Бодрова, К.М. Гуревича, Г.М. Зараковського, Є.О. Клімова, Б.Ф. Ломова, В.Л. Марищука, В.Д. Небиліцина та багатьох інших дослідників. Проведений аналіз робіт в області психології діяльності в особливих умовах показали, що комплексно проблема нервово-психічної стійкості, як одного з факторів психологічного забезпечення професійної та функціональної надійності майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ України не була предметом спеціального дослідження.

Теоретична розробка та обґрунтування системи психологічного забезпечення професійної і функціональної надійності, виявлення психологічних резервів і напрямом оптимізації діяльності є необхідною умовою підвищення ефективності діяльності військовослужбовців внутрішніх військ. У своїй роботі ми розглядаємо вплив нервово-психічної стійкості на надійність професійної діяльності в особливих умовах майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ, а також вивчення їх професійно важливих якостей. Психологічний стрес являє собою реакцію на погрозу впливу екстремальної ситуації. Слід зазначити, що в якості погрози може сприйматися не тільки реально стресова обстановка, але і її символи або уявлювана ситуація, а також усвідомлення відсутності готових програм професійної діяльності в даній ситуації. В подоланні екстремальних впливів на майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ, які виконують професійну діяльність в особливих умовах, важлива роль відводиться когнітивним, емоційним, темпераментним характеристиками у процесах регуляції та поведінки. Вивчення ролі особистісних факторів в екстремальних умовах діяльності і при розвитку стресового стану звичайно проводять з погляду особливостей здійснення їх регуляторних функцій. Найбільший інтерес проявля-

ється до питань особистісної детермінації емоційної стійкості, а також розвитку психологічного стресу.

В сучасних дослідженнях відсутня єдність розуміння терміну нервово-психічна стійкість більшість з них як синонім вживають термін «емоційна стійкість», механізми і сутність якої вивчені краще. Деякими з них введені відповідні характеристики нервово-психічної стійкості, так А.Г. Маклаков застосовує поняття особистісний адаптаційний потенціал, О.М. Столяренко - загальна екстремальна стійкість тощо. Нервово-психічна стійкість розглядається як індивідуальна здатність особистості адаптуватися та зберігати оптимальну працездатність, при виникненні екстремальних умов професійної діяльності, долати стан емоційного збудження при виконанні діяльності в особливих умовах, переносити великі навантаження та успішно розв'язувати завдання в екстремальних ситуаціях, властивість темпераменту, що дає змогу надійно виконувати професійні функції.

Виходячи з вище зазначеного можна зробити висновок, що поняття нервово-психічна стійкість багатьма дослідниками розглядається як прояви посттравматичних стресових розладів, надійності діяльності, адаптації тощо.

Стійкість майбутнього офіцера внутрішніх військ до виникнення різних форм стресових реакцій визначається, насамперед, індивідуально-психологічними особливостями і мотиваційною орієнтацією особистості. Слід зазначити, що екстремальний вплив в умовах професійної діяльності далеко не завжди впливає на надійність діяльності, що виконується. У протилежному випадку взагалі було б неможливо успішне подолання труднощів, що виникають при ускладненні умов праці. Однак робота у стресогенній ситуації обов'язково призводить до додаткової мобілізації внутрішніх ресурсів, що може мати відстрочені несприятливі медичні, соціальні, психологічні наслідки стресу (незадоволеність роботою, зниження продуктивності праці, аварії тощо). Оптимізація будь-якого виду праці припускає використання комплексу профілактичних мір, спрямованих на виключення або максимальне обмеження причин виникнення стресу.

У роботі військовослужбовців внутрішніх військ причиною стресу може бути невідповідність того, що вимагає конкретна ситуація, і того, що може зробити в даній ситуації офіцер, котрий має певний рівень здатностей, умінь і навичок. На практиці професійний стрес часто є результатом недостатньої інформованості військовослужбовців про те, що від нього конкретно потрібно, або недостатньою інтеграцією випускника (молодого офіцера внутрішніх військ), колишнього курсанта з реальними умовами праці, новим колективом. Так, в окремих дослідженнях показано, що процес перетворення нового співробітника в «повноправного» члена колективу нерідко супроводжується почуттям невизначеності та

тривоги, доволі часто очікування новачків найчастіше нереалістичні і надто оптимістичні. В результаті виникає настільки значна розбіжність між очікуваннями й реальністю, що воно призводить до станів, близьким до шокowego. Якщо людина перебуває в такому стані досить тривалий час, то в неї знижується задоволеність своєю роботою та опір стресу.

Основні труднощі оцінки нервово-психічної стійкості фахівця виникають при визначенні її специфіки до діяльності яка виконуються в особливих умовах. Нервово-психічна стійкість майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ розглядається нами як інтегративна властивість особистості, що включає в себе характеристику стресогенної ситуації та вимоги до фахівця. Об'єктивність оцінки даної стресогенної ситуації та власних ресурсів зумовлює рівень нервово-психічної стійкості під час і після діяльності в екстремальних умовах.

Висока нервово-психічна стійкість забезпечує успішність виконання професійних обов'язків в екстремальних умовах, збереження працездатності і здоров'я особистості офіцера після впливу екстремальних факторів зовнішнього середовища.

Низький рівень нервово-психічної стійкості, нездатність офіцера протидіяти стресам, призводить до негативних наслідків у психічній, соціальній, професійній і поведінковій сферах: різноманітних проявів посттравматичних стресових розладів.

Нами було проведено вивчення нервово-психічної стійкості залежно від індивідуально типологічних особливостей фахівця. Так було визначено, що залежно від типів темпераменту нервово-психічна стійкість має певний рівень, і на рис. 1 показано процентне співвідношення нервово-психічна стійкість залежно від переважних якостей типу темпераменту курсантів.



Рис. 1 Нервово-психічна стійкість майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ до застосування тренінгів (%)

За результатами експериментального дослідження нервово-психічної стійкості майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх

військ, можна сказати, що найбільш високий рівень нервово-психічної стійкості у курсантів з переважними якостями, притаманними сангвінічному типу темпераменту. Однак для особистостей здійснюючу професійну діяльність в екстремальних умовах він є низьким. Для підвищення рівня нервово-психічної стійкості курсантів нами були застосовані спеціальні тренінги, внаслідок чого рівень нервово-психічної стійкості курсантів підвищився. На рис. 2 показане процентне співвідношення нервово-психічної стійкості залежно від переважного типу темпераменту особистості після застосування тренінгів.



Рис. 2 Нервово-психічна стійкість майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ після застосування тренінгів (%)

Також необхідно зазначити, що проведене подальше дослідження виконання професійних функцій курсантами після проведення тренінгу по підвищенню рівня нервово-психічної стійкості показало значне підвищення якості професійної діяльності рис.3.



Рис. 3 Співвідношення якості виконання професійних функцій у майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ в залежності від типів темпераменту після застосування тренінгу (%)

**Висновки.** Аналіз досліджень проблеми нервово-психічної стійкості майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ свідчить про її недостатню розробленість, як в теоретичному, так і практичному аспектах. Потрібне далі вдосконалення методичного апарату дослідження, вивчення особливостей проявів нервово-психічної стійкості, розробка нових підходів до її формування в процесі професійної підготовки, нервово-психічну стійкість офіцерів внутрішніх військ потрібно розглядати з позиції внутрішніх і зовнішніх детермінант, типологічних, особистісних характеристик з відповідними підходами до подолання стресу. Підвищення рівня нервово-психічної стійкості можливо при розробці нових підходів до способів подолання стресогених ситуацій, при цьому потрібно максимально враховувати психологічні особливості особистості професіонала.

Нервово-психічна стійкість майбутнього офіцера внутрішніх військ включає взаємодію з усіма структурними характеристиками психіки як під час, так і після виконання професійних функцій в особливих умовах діяльності, має багаторівневу детермінацію. Високий рівень нервово-психічної стійкості зумовлюють урівноваженість, упевненість у собі, низький рівень особистісної тривожності, вольовий самоконтроль, самовладання; психологічна готовність до діяльності тощо. Визначальними характеристиками нервово-психічної стійкості є швидкість переробки інформації, лабільність нервових процесів, надійність, витривалість, точність та продуктивність діяльності. Збереження або підвищення нервово-психічної стійкості особистості пов'язане з пошуком ресурсів, що допомагають їй в подоланні негативних наслідків стресових ситуацій. Під ресурсами розуміють внутрішні і зовнішні змінні, що сприяють стійкості в стресогенних ситуаціях.

Подальше розв'язання проблеми, яка вивчається, полягає в комплексному дослідженні нервово-психічної стійкості майбутніх офіцерів технічного профілю внутрішніх військ, її структурних компонентів, особливостей формування, як в процесі професійної підготовки так і при виконанні діяльності в особливих умовах.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Бодров В. А. Информационный стресс / Бодров В. А. – М. : ПЭРСЭ, 2000. – 352 с.
2. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Водопьянова Н. Е. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
3. Китаев-Смик Л. А. Психология стресса / Китаев-Смик Л. А. – М. : Наука, 1983. – 368 с.
4. Мозговий В. І. Фактор стресостійкості/стресовразливості у структурі особистісного симптомокомплексу військовослужбовців ВСП / В. І. Мозговий // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України № 6-7, жовтень 2004, спецвипуск «Психологія особистості: досвід минулого – погляд у майбутнє». – С. 179–180.