

**Ксения БАЛАБАНОВА,**

адъюнкт кафедры психологии деятельности в особенных условиях  
Национального университета гражданской защиты Украины

## **ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ ЛИЦ РИСКООПАСНЫХ ПРОФЕССИЙ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*В статье рассматривается жизнеспособность лиц рискоопасных профессий в психологическом обеспечении их профессиональной деятельности. Проводится теоретический анализ изучения феномена жизнеспособности как зарубежными, так и отечественными учеными. Рассматриваются критерии жизнеспособности (функциональный, феноменологический, индивидуально-психологический), специфичность профессиональной деятельности работников рискоопасных профессий, а также основные типы стрессовых ситуаций.*

**Ключевые слова:** *жизнеспособность, профессиональная деятельность, рискоопасные профессии, спасатели, стрессовые ситуации.*

**Постановка проблемы.** Содержание понятий «жизнеспособность», «работоспособность», «способность к обучению» и «способность к инновациям» воспринято из работ академика Б. Г. Ананьева и профессора В. А. Ганзена. Системный подход в описании психологии человека, развиваемый Ганзеном В. А., предполагает изучение человека в различных аспектах: как индивида, субъекта, индивидуальности и личности.

В основе этих представлений лежит положение о самоосуществлении человека и формировании психологических качеств, являющихся основой накопления человеческого капитала. Эволюция определений психологических качеств, входящих в структуру человеческого капитала, представленная в работах Юрьева А. И, позволяет проследить изменение их смыслового наполнения. Так, самоосуществление индивидуальности рассматривается как способность к обучению; самоосуществление личности – как способность к инновациям; самоосуществление субъекта –

как его работоспособность, а самоосуществление индивида – как его жизнеспособность.

Максименко С. Д. рассматривает самоосуществление как процесс разворачивания нужды, в качестве которой выступает особенное универсальное энергетическо-информационное образование, являющееся носителем и фактором социальной жизненной силы человека. Субъект впитывает в себя потенции и силы, присущие среде, которые возвращаются потом в социальных, опосредованных, субъективно значимых потребностно-мотивационных силах. По мнению С. Д. Максименко, такое самоосуществление индивида осуществляет его целостную личность [1].

По мнению Т. М. Титаренко, саморазвитие, самовозрастание и то, когда человек превосходит самого себя переживается им как положительно эмоционально окрашенное жизнеосуществление. Именно такое жизнеосуществление существует в реальности восприятия человека, которое детерминировано его чувствами, постоянно приближается к собственной сущности, к собственной глубинной правды о себе и своих возможностях [2].

Введение в научный оборот термина «жизнеспособность» представляет особый интерес, многие современные исследования в области психологии, педагогики, психотерапии, философии, социологии и медицины стремятся базироваться на этом подходе. (Ахиезер А. С., Ильинский И. М., Муздыбаев К., Мухина В. С., Назаретян А. П., Рыльская Е. А., Разумовский О. С., Хазов М. Ю., Сироткина И. Е., Слободчиков В. И.). Однако сложность и научное значение феномена жизнеспособности индивида, его взаимосвязь с эффективностью профессиональной деятельности требует тщательного психологического анализа и является чрезвычайно актуальной.

**Цель статьи** – провести теоретический анализ изучения феномена жизнеспособности и показать представленность его компонентов в структуре профессионально-психологической подготовки лиц рискованных профессий.

**Анализ исследований и публикаций.** В гуманистической и позитивной психологии накоплен большой опыт по проблеме жизнеспособности и на сегодняшний день исследования в этой области за рубежом являются одними из приоритетных (Hamill S. K., Kazdin A. E., Holland L., Crowley M., 1997; Kitano M., Lewis R., 2005; Luthar S. S., 1993; Millstein S. G., Petersen A. C., Nightingale E. O., 1993; Rutter M., 1987; Ungar M., 2005; Vaillant G. E., 2003; Werner E. E., 1993; Zimmerman M. A., Arunkumar R., 1994; и др.).

Что касается изучения феномена «жизнеспособности» в отечественной психологии, то, на сегодняшний день, это понятие не является достаточно разработанным, хотя все больше исследователей уделяют этому вопросу внимание. Так, в исследовании Маниаповой К. Р. раскрывается феномен жизнеспособности с позиции включенной в ее структуру жизнестойкости индивида. Автор считает, что жизнестойкость влияет на оценку индивидом ситуации благодаря готовности действовать с одной стороны, а с другой способствует активному преодолению трудностей за счет создания нового конструктивного поведения и преобразования компонентов жизнеспособности.

С точки зрения М. П. Гурьяновой, жизнеспособность личности, как способность человека к самоопределению, самостоятельному выбору своего жизненного пути, к организации собственной жизнедеятельности невозможна без жизнестойкости, которая представляет собой комплекс личностных свойств и поведенческих реакций, позволяющих индивиду конструктивно разрешать сложные жизненные ситуации. Таким образом, феномен стойкости (*hardiness*), введенный в научный обиход S. Maddi и его соратниками [3], рассматривается как особый паттерн структуры установки и навыков, который позволяет индивиду превратить собственные изменения в реально осуществимые возможности.

В работах Е. Рыльской [4] показано существование двух подходов к исследованию жизнеспособности, один из них условно обозначен как

кроскультурный, в основу которого положен, разработанный в 2003 году, международный проект «Методологические и концептуальные проблемы исследования жизнеспособности детей и подростков». В рамках второго подхода жизнеспособность рассматривается в контексте сознания, которое регулирует активность личности, как ее жизненную способность [5] и все активнее используется в различных контекстах исследования адаптации, психологического здоровья, устойчивости личности, совладающего поведения.

Как системный феномен жизнеспособность человека рассматривается в неразрывном единстве всех уровней его функционирования – индивидуального, субъектного, личностного – реализуемых функциональными, операционными и мотивационными механизмами психики. Жизнеспособность человека как системы имеет структурно-уровневую организацию и отражает не только его биологическую сущность (природные свойства человека), но и как носителя субъектных и мотивационно-личностных свойств человека.

Как интегральная характеристика жизнеспособность является взаимосвязанной совокупностью следующих компонентов: способности адаптации, способности саморегуляции, способности саморазвития и осмысленности жизни.

Отметим, что ученые по-разному рассматривают формы и способы жизнеспособности личности, в которых, по нашему мнению, заложен его психологический механизм. Так выделяют следующие критерии жизнеспособности: функциональный, феноменологический, индивидуально-психологический.

Функциональный критерий выступает как факт решения или не решение основных жизненных задач и является своеобразным объективным индикатором жизнеспособности. Феноменологический критерий – беспомощность выступает как содержательный признак жизнеспособности. Индивидуально психологический критерий – удовлетворенность субъекта

собственной жизнью отражает субъективное восприятие собственной жизни в соответствии с требованиями социального бытия.

Ценной является позиция о зависимости жизнеспособности от способности человека ставить наиболее адекватные ее внутренней сущности цели. Поэтому осознание человеком своего призвания, ее профессиональное и личностное самоопределение, дифференцированный «образ Я», личностные диспозиции обуславливают и успешность самореализации.

Функциональное содержание жизнеспособности может быть выражено в успешности освоения деятельности и успешности решения жизненных задач. Индивидуальные различия в жизнеспособности могут проявляться в различных способах реагирования на стрессовые ситуации. Так, для индивида важно не дистанцироваться от стресса, не минимизировать или преодолевать его негативные последствия, а уметь найти в нем скрытый конструктивный смысл и трансформировать его в позитивный жизненный опыт.

Особенно это важно в отношении лиц, профессиональная активность которых связана с риском и экстремальными видами деятельности. В частности, это касается лиц, работающих в различных подразделениях государственной службы чрезвычайных ситуаций (ГСЧС), служебная деятельность которых выдвигает высокие и специфические требования к их психике. Характеризуя профессиональную деятельность пожарно-спасательной и аварийно-спасательной служб ГСЧС Украины, следует отметить существование четырех основных типов стрессовых ситуаций (Тимченко А. В., Перелыгина Л. А., Овсянникова Я. О). Первый тип ситуаций характеризуется привычными условиями деятельности и требует от работника спасательных служб наличия комплекса привычных способов поведения в ситуациях, не несущих угрозы жизни и здоровью.

Ситуации второго типа характеризуются нарушением параметров обычности и стандартных способов реагирования, но, также, не представляются спасателям как опасные.

Ситуации третьего типа содержат в себе элементы опасности и риска, но вместе с тем деятельность в этих условиях осуществляется в соответствии с заранее отработанным алгоритмом действий.

И, наконец, ситуации четвертого типа возникают в условиях опасности и риска, когда привычные алгоритмы деятельности не всегда возможно применить из-за непредсказуемых сценариев развития событий в чрезвычайных ситуациях. Поэтому специалисты, которые направляются в зону чрезвычайных ситуаций для выполнения аварийно-спасательных и других неотложных работ, находятся в зоне не только физической угрозы жизни и здоровью, но подвергаются риску возникновения у них нервно-психических расстройств и стрессовых состояний.

Развитие различных дезадаптивных нарушений зависит от общего склада индивидуальности специалистов, поскольку они различаются по типам восприятия и наблюдения, памяти, внимания и другим психическим процессам, которые преломляясь через личность, превращаются у человека в сознательно регулируемые действия, которыми овладевает личность и которые она направляет на разрешение встающих перед ней задач. Неадекватное восприятие персоналом ГСЧС ситуации как рискоопасной может приводить к ошибкам в деятельности и ее срыву, что предъявляет повышенные требования к когнитивной и эмоционально-волевой сферам личности этих специалистов.

Важным этапом в становлении личности является период освоения профессии. Во время учебы в вузе курсанты находятся на важном этапе жизненного пути: профессионального обучения, профессиональной подготовки, профессиональной социализации.

Так, в контексте исследований профессионального становления субъекта, проведенных В. И. Осьодло, для будущих спасателей этот этап должен обеспечить целенаправленное освоение системы знаний, практических навыков и умений, формирование целостных представлений о профессиональной среде, наполнение предметным содержанием мотивов и

целей будущей профессиональной деятельности, развитие ее операционной основы [6].

Отечественные ученые также отмечают специфичность профессиональной деятельности работников рискованных профессий.

Согласно позиции А. И. Кудерминой, которая подчеркивает важную роль вузов в подготовке и формировании профессионала любой специальности, отметим, что во время целенаправленного усвоения системы профессиональных знаний, практических умений и навыков происходит развитие субъекта профессиональной деятельности с развитыми профессионально важными качествами и профессионально ориентированными психологическими структурами личности [7]. В процессе подготовки будущего спасателя в вузах ДСНС Украины формируются целостные представления о специфической профессиональной среде и его компоненты, меняются и приобретают содержательного наполнения мотивы и цели будущей профессиональной деятельности, развивается профессиональная идентичность и согласования профессионального «Я образа» курсанта.

В исследованиях Ковалевой И. Б. выявлена зависимость целого ряда психологических показателей от профессионального стажа деятельности. Показано, что только 2,2 % специалистов первого года службы используют такие методы саморегуляции, как моторную (двигательную) активность и визуализацию положительных образов и состояний, предпочитая им вербализацию проблемы (53, 3 %) и рационализацию (20, 1 %). Такие методы как аутогенная тренировка, мышечная релаксация, психофизиологическая саморегуляция не использовались вовсе.

Нам представляется, что обучение этим методам необходимо начинать еще на первых этапах профессиональной подготовки курсантов в вузе. А это требует разработки специальных психотренинговых программных модулей, и внедрение их в учебный процесс и служебную подготовку будущих работников ГСЧС Украины.

## Список использованной литературы

1. Максименко С. Д. Структура та особистісні детермінанти професійної самореалізації суб'єкта / С. Д. Максименко, В. І. Осьодло // Зб. наук. пр. Кам'янець-Подільського нац. ун-ту ім. І. Огієнка, Ін-ту психології ім. Г. Костюка АПН України. – Вип. 8. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2010. – С. 3–19.
2. Титаренко Т. М. Життєві домагання особистості: феномено-логічний та структурно-функціональний підходи / Т. М. Титаренко // Психологія і суспільство. – 2004. – № 4. – С. 128–145.
3. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. – М. : Смысл, 2006. – 63 с.
4. Рыльская Е. А. Типы жизнеспособности человека // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология, Выпуск № 30 (163) / 2009
5. Альбуханова К. А. Сознание как жизненная способность личности/ К. А. Альбуханова // Психологический журнал. – 2009. – Т. 30. – № 1. – С. 32–43.
6. Осьодло В. І. Психологія професійного становлення офіцера: [монографія] / В. І. Осьодло. – К. : ПП “Золоті ворота”, 2012. – 463 с.
7. Кудерміна О. І. Психологічні особливості “віддалених” цілей майбутніх працівників правоохоронних органів / О. І. Кудерміна // “Юридична психологія та педагогіка”. – 2010. – №1(7). – С. 173–184.
8. Ковалева И.Б. Когнітивна саморегуляція емоційно-вольових проявів фахівців оперативно-рятувальних підрозділів МНС України. – Автореферат дис. ....кандидата психол. наук, Киев, 2012 г – 18 с.
9. Марищук В. Л., Евдокимов В. И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов– СПб. : Издательский дом«Сентябрь», 2001. – 60с.
10. Тарас А. Е., Сельченков К. В. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия/ сост. А. Е. Тарас, К. В. Сельченков. – М. : АСТ, Минск: Харвест, 2001. – 408 с.
11. Коростылева Л. А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере / Л. А. Коро-стылева. – СПб. : Изд-во «Речь», 2005. – 222 с.
12. Данилова Е. Е. Жизненная стойкость и психическое здоровье // Психическое здоровье де-тей и подростков в контексте психологической службы / под ред. И. В. Дубровиной. – М. : Ака-демия, 1994. – С. 113–126.
13. Лактионова А. И., Махнач А. В. Влияние личностных и средовых характеристик на жиз-неспособность и социальную адаптацию старшеклассников //



Вторая Всероссийская науч.-практ. конф. по психологии развития «Другое детство». Тезисы, 25-27 ноября. – М., 2009.

***Балабанова К. Життєздатність осіб ризиконебезпечних професій в психологічному забезпеченні їх професійної діяльності***

*У статті розглядається життєздатність осіб ризиконебезпечних професій в психологічному забезпеченні їх професійної діяльності. Проводиться теоретичний аналіз вивчення феномена життєздатності як зарубіжними, так і вітчизняними вченими. Розглядаються критерії життєздатності (функціональний, феноменологічний, індивідуально-психологічний), специфічність професійної діяльності працівників ризиконебезпечних професій, а також основні типи стресових ситуацій.*

***Ключові слова:*** *життєздатність, професійна діяльність, ризиконебезпечних професій, рятувальники, стресові ситуації.*

***Balabanova K. Viability of persons whose profession is associated with risk in psychological provision of their professional activity***

*Viability of persons whose profession is associated with risk and psychological provision of their professional activity is considered in the article. We conduct a theoretical analysis of the study of the phenomenon of vitality both by foreign and domestic scientists.*

*The introduction of the term "vitality" into the scientific circulation is of particular interest, many modern research in the field of psychology, pedagogy, psychotherapy, philosophy, sociology and medicine seek to base this approach. (Akhiezer AC, Ilinsky IM, Muzdybaev K., Mukhina BC, Nazaretyan AP, Rylskaya EA, Razumovsky OS, Khazov M.Yu., Sirotkina IE, Slobodchikov V. AND.). However, the complexity and scientific significance of the phenomenon of the viability of the individual, its relationship with the effectiveness of professional activity requires careful psychological analysis and is extremely relevant.*

*The purpose of the article is to conduct a theoretical analysis of the participation of the phenomenon of viability and to show the representation of its components in the structure of professional and psychological training of persons whose profession is risky and dangerous.*

*As a systemic phenomenon human viability is considered in indissoluble unity of all levels of its functioning - individual, subjective, personal - realized by functional, operational and motivational mechanisms of the psyche.*

*As an integral characteristic, vitality is an interrelated aggregate of the following components: adaptive capacity, self-regulation ability, self-development and meaningfulness of life.*

*The functional content of viability can be expressed in the success of mastering the activity and the success of solving vital problems. Individual differences in viability can be manifested in various ways of responding to stressful situations. So, for an individual it is important not to distance yourself from stress, not to minimize*

*or overcome its negative consequences, but to be able to find in it a hidden constructive meaning and transform it into a positive life experience.*

*This is especially important for people whose professional activity is associated with risk and extreme activities.*

*The article deals with the specificity of the professional activity of workers in risky occupations, particularly rescuers, and lists main types of stressful situations.*

*While studying at the university cadets are at an important stage in their professional life: professional studying, professional training, professional socialization. The training program should prepare future rescuers not only mentally and physically, but also psychologically.*

*It seems to us that training of such methods of self-regulation as autogenous training, muscle relaxation, psycho-physiological self-regulation, must begin at the first stages of professional training of cadets in the university. This will contribute to a more holistic and adequate formation of their vitality that will help them better cope with the stressful situations that they will encounter in the course of their professional activities. And this, in turn, requires the development of special psycho-training program modules, and their introduction into the educational process and the professional training of future specialists.*

**Keywords:** *vitality, professional activity, risky and dangerous professions, rescuers, stressful situations.*