

memory, thinking, mental health, emotions, wellness. It is also about the level of understanding of pupils of 8-9 classes the concept of "mental health" and its components. The author of the article theoretically determines the level of the formation of valeological and psychological knowledge and outlook of senior pupils of general educational institutions for the prevention of stress and fatigue, the improvement of conditions of mental health by effective education, by the ability to respect the day, sleep, rest, food, friendly intercourse, by the avoidance of conflict situations in the process of educational work, at home, and the like. The article also draws attention to the use of a rank scale of difficulty of school subjects in the distribution of teaching load in accordance with hygienic requirements, organisation of training and education to raise activity, mental activity, efficient absorption of the material at the lowest psychological and physical costs of high school students.

Key words: valeology, fatigue, overwork, health psychology, high school students, stress resistance.

УДК 159.98:331.54

К.І. ШКАРЛАТЮК

### ПСИХОЛОГІЧНА ЕКСПЕРТИЗА ФАХІВЦІВ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ПРОФЕСІЙ

*У статті розглядаються особливості проведення психологічної експертизи фахівців екстремального профілю діяльності. Здійснений теоретичний аналіз підходів визначення особливостей, інструментів і засобів експертизи професійної діяльності спеціалістів екстремальних професій.*

**Ключові слова:** психологічна експертиза, професійна придатність, екстремальні професії, професійна орієнтація, експертна оцінка.

**Постановка проблеми.** Діяльність в екстремальних умовах передбачає підвищений фактор ризику, дефіцит інформації і часу, необхідність прийняття адекватного рішення, високу відповідальність за виконання завдання, наявність неочікуваних перешкод. Підвищені емоційні та фізичні навантаження створюють передумови до виникнення соматичних та психічних розладів. Для надання допомоги таким людям потрібно враховувати зміни в структурі особистості, що відбулися в результаті перебування в екстремальних умовах.

Вимоги професії визначають особливості постановки цілей та особливості проведення експертизи. Серед основних завдань експертизи, пов'язаної з різними видами професійної діяльності – визначити придатність особистості до виконання певного виду трудової діяльності в порядку професійної консультації.

Для вирішення прогностичних завдань трудової експертизи використовуються різні методи. В одних випадках вивчаються тільки документальні дані, в інших - проводяться бесіди з абітурієнтом або кандидатом на посаду, в деяких - здійснюються лікарські та психологічні дослідження фахівцями та експертними комісіями.

Найбільш чітко організаційно оформлена система лікарсько-трудова експертизи, що вирішує свої завдання за допомогою оцінки стану здоров'я. При цьому лікарсько-трудова експертиза передбачає участь психолога для здійснення експертної оцінки стану психологічної готовності до певного виду професійної діяльності, професійно важливих особистісних здібностей, самооцінки, адаптивності та стресостійкості до складних умов праці.

**Прогностична** психологічна трудова експертиза на основі психодіагностики вирішує питання передбачення, психопрогностики особливостей професійної діяльності досліджуваного.

Прогностична цінність (інформативність, прогностичність) окремих методик та інтегрального показника професійної придатності може визначатися залежно від цілей психодіагностики: за одним із критеріїв професійної успішності, ефективності реальної діяльності, їхньою сукупністю або за головним критерієм (оцінкою професійних здібностей).

**Мета статті** – дослідити особливості проведення експертизи професійної спрямованості особистості через виокремлення таких векторів професійної реалізації:

- соціальні можливості реалізації цінностей і досягнення значимих цілей;
- психологічна відповідальність, яка виражається у відповідальності, реалістичності щодо власного життя та соціуму, стабільності і несуперечливості обов'язків;
- соціально-психологічна захищеність з визначенням сфер безпеки життя особистості і дотримання її прав;
- вимушеність як форма негативної адаптації особистості до несприятливих соціальних умов життя.

**Результати теоретичного дослідження.** Для створення адекватної самооцінки особистості та її упевненості у майбутній професійній діяльності важливо здійснити діагностичне обстеження і за його результатами провести корекційну роботу. Для цього можна використати загальний алгоритм, опис методів аналізу, обробки та інтерпретації результатів експертизи та корекції дослідження сформованості психологічної готовності до професійної діяльності й адаптивності особистості.

Діагностично-інтерпретаційний та прогностичний компоненти дослідження передбачають оцінку професійно важливих якостей, які пропонуються для ранжування з метою складання професійних прогнозів підекспертних осіб:

1. Загальна професійна компетентність.
2. Уміння на практиці застосовувати одержані знання.
3. Творча самореалізація в праці.
4. Особиста відповідальність, добросовісність, дисциплінованість.
5. Висока культура та виконавча дисципліна.
6. Аналітичний склад розуму та широта мислення.
7. Комунікабельність, товариськість, емотивність.
8. Скромність, тактовність, витримка.
9. Мотивованість професійної діяльності.
10. Самостійність, вміння відстоювати свою позицію.
11. Критичність і об'єктивність у самооцінці.
12. Чутливість до проблемних ситуацій, до дефіциту знань, навичок або інших важливих якостей [3].

Однією з причин зниження професійної придатності фахівців є розвиток стійких функціональних розладів організму і психіки в результаті впливу несприятливих умов діяльності і істотних професійних ускладнень при виконанні трудових завдань. Серед психотравмуючих факторів професійної діяльності є ризики виникнення небезпечних ситуацій, хронічний невротичний конфлікт, пов'язаний з переживанням критичних, екстремальних ситуацій.

Ю. Александровський зазначає, що можливість виникнення і характер психогенних порушень, їх частота, вираженість і динаміка залежать від багатьох факторів: характеристики екстремальної ситуації, готовності до діяльності в несприятливих умовах, наявності наочних прикладів подолання труднощів [1].

Емоційні умови праці викликають коливання працездатності людини або її спад, особливо при сильній емоційній напрузі. В деяких випадках відбувається втрата трудових навичок.

Так, у осіб з професійними захворюваннями нервової та серцево-судинної систем ще до появи клінічних симптомів відзначаються порушення професійної працездатності, основними проявами яких є підвищена дратівливість, запальність і стомлюваність, невпевненість в професійних діях, погіршення самопочуття. При таких розладах спостерігаються порушення процесів образного й імовірнісного прогнозування, зниження можливостей аналізу інформації в умовах обмеженого часу тощо.

Професійна придатність людини в значній мірі залежить від функціонального стану організму і психіки. Стійкі порушення здоров'я, виражені функціональні розлади знижують рівень працездатності й витривалості людини, її стійкість до впливу чинників діяльності, адаптивні можливості різних органів і систем. Зміна професійно важливих психічних функцій

і якостей, пов'язаних із захворюваннями різного характеру, порушення їх відповідно до вимог конкретної трудової діяльності супроводжуються, як правило, зниженням рівня професійної придатності фахівця. Саме тому для визначення працездатності та ступеня професійної придатності фахівців екстремальних видів діяльності (військові, пожежники, охоронці, шахтарі, спортсмени) після перенесених ними захворювань або за медичними і професійним показами вони проходять психологічне обстеження в системі медико-соціальної експертизи.

Різні індивідуально-психологічні якості можуть або сприяти, або заважати успішній професійній діяльності та ефективному виконанню професійних завдань. Серед якостей особистості, що є несприятливими у екстремальних умовах професійної діяльності, потрібно зазначити:

- особливості темпераменту, в яких проявляються риси слабкості, інертності, неврівноваженість нервових процесів;
- нестійкість інтересів, особливо у професійній діяльності;
- нерішучість, відсутність сміливості;
- низька стійкість в роботі при дефіциті часу,
- підвищена емоційна нестійкість;
- уповільненість і некритичність мислення;
- нестійка концентрація уваги, уповільнене її переключення і розподіл;
- зниження обсягу пам'яті, тривалості збереження і швидкості відтворення матеріалу;
- уповільненість і неточність сенсомоторної координації;
- зниження здатності оперування просторовими уявленнями[2].

Деякі з перерахованих якостей можуть бути не тільки індивідуально-психологічними особливостями здорової людини, але і симптомами психосоматичного захворювання, перевтоми, перенапруги тощо. У випадку професійних невдач через недостатню придатність до професійної діяльності виникають конфліктні ситуації, які призводять до неврозу та інших розладів. Внаслідок цього дослідження функціональних можливостей психічної сфери є необхідним для визначення професійної працездатності та придатності.

Значення і особливості проведення психологічного обстеження з метою лікарсько-трудова експертизи професійної придатності досить повно обґрунтовані у праці одного з провідних фахівців у цій галузі К.К. Іоселіані. Автором були виявлені особливості психічних функцій і працездатності військових при наявності деяких відхилень в стані здоров'я. При таких розладах здоров'я як, наприклад, неврози, наслідки закритої черепно-мозкової травми, гіпертонічна хвороба, виразкова хвороба шлунка і 12-палої кишки відбувається порушення динаміки і структури вищих мозкових функцій і працездатності, причому ступінь порушення залежить від характеру та стадії розвитку патологічного процесу, з одного боку, та індивідуально-психологічних особливостей особистості, з іншого.

Так, особи з вираженими відхиленнями в стані здоров'я (неврастенія, гіпертонічна хвороба II ступеня, виразкова хвороба в стадії загострення) показали низькі результати клініко-психологічного дослідження, які мали спільні для всіх нозологічних форм особливості, і специфічні для кожної з форм. Із загальних особливостей - це, наприклад, відсутність необхідної готовності до поточної роботи, припинення роботи в результаті погіршення самопочуття, «провали» пам'яті при роботі в умовах дефіциту часу, труднощі знаходження адекватного способу виконання завдання, зниження рівня пізнавальної діяльності. Серед специфічних психологічних особливостей можна відзначити наступні:

-для неврастеніків - емоційна нестійкість, конфліктність, вибуховість, підвищена стомлюваність;

-для хворих на гіпертонічну хворобу II ступеня - повільний і аритмічний темп роботи, утруднене формування робочої установки;

-для хворих на виразкову хворобу - депресивність і тривожність, тривалий латентний період включення в роботу, надмірна чутливість до висловлювань інших осіб, велика залежність від думки оточуючих[4].

Виокремлюють три основних напрямки психологічної експертизи фахівців

екстремальних професій:

1) надання допомоги у виявленні осіб з несприятливими індивідуально-психологічними особливостями, що перешкоджають успішному навчанню і виконанню професійної діяльності;

2) отримання даних, що уточнюють діагноз захворювань і характер експертної постанови;

3) встановлення функціонально-психологічних можливостей особистості з метою визначення професійної придатності в конкретному виді діяльності.

Результати експериментальних досліджень свідчать про те, що зазначена патологія (в явній або прихованій формі), її провісники або залишкові явища від перенесених захворювань, а також порушення ефективності та якості діяльності, пов'язані з їх впливом на професійно важливі психічні функції і якості, особистісні характеристики людини можуть розглядатися як умови, що визначають ступінь професійної придатності фахівця.

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** Таким чином, завдання підвищення ефективності і безпеки діяльності, збільшення професійного довголіття визначають необхідність розробки і вдосконалення методів ранньої діагностики, експертної оцінки і корекції функціональних розладів, заснованих на використанні закономірностей діяльності людини в екстремальних ситуаціях.

Перспективою подальших наукових пошуків є дослідження психодіагностичних засобів і критеріїв професійної діяльності фахівців, проблем стандартизації корекційно-розвивальних програм спеціалістів екстремальних видів діяльності, здійснення їх цілеспрямованої психологічної підготовки. Для особистісно-професійного розвитку спеціалістів важливим є впровадження тренінгових програм з метою оптимізації психологічного здоров'я, вміння адаптуватися до складних екстремальних умов діяльності.

#### Список використаних джерел

1. Александровский Ю.А. Психогении в экстремальных условиях / Ю.А. Александровский, О.С.Лобастов, Л.И.Спивак, Б.П.Щукин. – М.: Медицина, 1991. – 470 с.
2. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям : кол. моногр. / М. Мушкевич, Р. Федоренко, А. Мельник [та ін.] ; за заг. ред. М. Мушкевич. – Луцьк : Вежа-Друк, 2015. – 254 с.
3. Психологія професійної безпеки: технології конструктивного самозбереження особистості : кол. моногр. / О. Лазорко, Ж. Вірна, Л. Акімова [та ін.] ; за заг. ред. Ж. Вірної. – Луцьк : Вежа-Друк, 2015. – 588 с/
4. Федоренко Р.П. Психологічна практика в клініці : [навчально-методичний посібник для студентів ВНЗ] / Р.П.Федоренко, К.І.Шкарлатюк. – Луцьк : Східноєвроп. нац. Ун-т ім. Лесі Українки, 2013. – 230 с.

#### References

1. Aleksandrovskij Ju.A. Psihogenii v jekstremal'nyh uslovijah / Ju.A. Aleksandrovskij, O.S.Lobastov, L.I.Spivak, B.P.Shhukin. – M.: Medicina, 1991. – 470 s.
2. Psyhologichna dopomoga uchasnykam ATO ta i'h sim'jam : kol. monogr. / M. Mushkevych, R. Fedorenko, A. Mel'nyk [ta in.] ; za zag. red. M. Mushkevych. – Luc'k : Vezha-Druk, 2015. – 254 s.
3. Psyhologija profesijnoi' bezpeky: tehnologii' konstruktyvnogo samozberezhennja osobystosti : kol. monogr. / O. Lazorko, Zh. Virna, L. Akimova [ta in.] ; za zag. red. Zh. Virnoi'. – Luc'k : Vezha-Druk, 2015. – 588 s/
4. Fedorenko R.P. Psyhologichna praktyka v klinici : [navchal'no-metodychnyj posibnyk dlja studentiv vnz] / R.P.Fedorenko, K.I.Shkarlatjuk. – Luc'k : Shidnojevrop. nac. Un-t im. Lesi Ukrai'nky, 2013. – 230 s.

**Резюме.** В статье рассматриваются особенности проведения психологической экспертизы специалистов экстремального профиля деятельности. Проведенный теоретический анализ подходов определения особенностей, инструментов и средств экспертизы профессиональной деятельности специалистов экстремальных профессий.

Ключевые слова: психологическая экспертиза, профессиональная пригодность, экстремальные профессии, профессиональная ориентация, экспертная оценка.

**Summary.** The article reviews peculiarities of psychological expertise realized for specialists of extreme activities. The theoretical analysis of approaches to define features, techniques and means of extreme professions specialists expertise is carried out.

Activities in extreme conditions involve an increased risk factor, lack of information and time, the need for adequate solutions, high responsibility for the task, the presence of unexpected obstacles. Increased emotional and physical activities set the stage for the emergence of physical and mental disorders. To assist such people one needs to take into account changes in the structure of the individual, as a result of being held in extreme conditions.

Requirements of profession define features of goal setting and peculiarities of an expertise. Among the main objectives of expertise related to various types of professional activities is to determine the suitability of the individual to perform a certain type of work by means of professional consultation.

Clinical psychological research uses complex methodology to assess the basic human mental functions and features that reflect the state of professionally significant activity for a particular personality traits.

Thus, the task of improving the efficiency and safety of activities, professional longevity increase determine the need for development and improvement of early diagnosis, peer review and correction of functional disorders based on the use of human activity in extreme situations patterns.

The prospect of further scientific research is the study of psychodiagnostic methods and criteria of specialists, standardization of correctional and developmental programs of extreme activities specialists, focused on psychological training. For personal and professional development of specialists it is important to implement training programs in order to optimize mental health, ability to adapt to difficult conditions of extreme activities.

Key words: psychological expertise, professional suitability, extreme professions, professional orientation, expert evaluation.