

УДК 159.9:331.44:656.612

Олена СОРОКА,
Дунайський інститут Національного
університету “Одеська морська академія”, м. Одеса

ПРОГРАМА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ ДО ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті узагальнені теоретико-практичні засади розробки Програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності, що забезпечує аутокомпетентнісну самокорекцію та саморегуляцію тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями професійної діяльності. Програма передбачає три послідовних етапи формування психологічної готовності майбутніх моряків на базі розвитку аутопсихологічної компетентності в процесі професійної підготовки, контроль критеріїв психологічної готовності в процесі реалізації навчальних та практичних заходів.

Ключові слова: психологічна готовність, фахівці морського транспорту, екстремальні ситуації професійної діяльності, аутопсихологічна компетентність, самокорекція, самоконтроль, саморегуляція.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Професійна діяльність фахівців морського транспорту відбувається в екстремальних умовах та характеризується значною насиченістю екстремальних ситуацій. Складність та небезпека морської стихії вимагають створення у вищих морських навчальних закладах чіткої системи формування

© Сорока О.

психологічної готовності майбутніх фахівців до професійної діяльності в екстремальних умовах. Цього вимагає і Міжнародна Конвенція ПДНВ [8]. Звідси актуальність теми та її важливе практичне значення для підготовки фахівців морського транспорту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення даної проблеми та на які опирається автор. Проведений аналіз проблематики формування в умовах морського ВНЗ психологічної готовності майбутнього морського фахівця до екстремальних ситуацій професійної діяльності (О. Безлуцька, Л. Гримак, Т. Зайцева, О. Маклаков, В. Оніщук, Ю. Сова, В. Чернявський, Л. Шафран та ін.), засвідчив, що загальнонауковою базою всіх досліджень виступає поняття психологічної готовності до діяльності. Це поняття дослідниками розглядається як складне комплексне психічне утворення, як сукупність функціональних, операційних та особистісних компонентів, як вираз сукупності інтелектуальних, мотиваційних та вольових сторін психіки (М. Дьяченко, Л. Кандилович). Звідси психологічна готовність до професійної діяльності визначається науковцями як інтегративна особистісна риса (комплекс мотиваційних, пізнавальних, операційних, вольових та емоційних процесів), що дозволяє особистості ефективно виконувати фахові обов'язки (Б. Ананьев, В. Бодров, М. Дьяченко, Н. Кузьміна, М. Корольчук, С. Максименко, О. Тімченко та ін.).

Варто зазначити, що питання психологічної готовності фахівців екстремального профілю різних професій до діяльності в умовах екстремальних впливів та психологічної підготовки до неї досліджували О. Бандурка, В. Бодров, О. Колесніченко, О. Лазоренко, В. Лебедев, В. Лефтеров, С. Миронець, В. Молотай, І. Окуленко, Є. Потапчук, І. Приходько, Н. Сторожук, О. Тімченко та ін. Що стосується проблеми розвитку психологічної готовності фахівців морського транспорту, то її розглядали в своїх працях Н. Басанець, П. Беланже, О. Даніленко, Т. Зайцева, М. Корольчук, В. Крайнюк, Г. Криворотько, А. Побідаш, Ю. Стрелков, В. Тернавський, В. Шарапов та ін.

Водночас малодослідженою тематикою залишається проблема формування психологічної готовності моряків до екстремальних ситуацій професійної діяльності на основі розвитку їхньої аутопсихо-

логічної компетентності. Як відзначають А. Деркач, Л. Степнова та ін., при вирішенні екстремальних задач професійної діяльності високий рівень аутокомпетентності фахівця за рахунок розвинутої здатності до психічної саморегуляції та самоконтролю забезпечує підвищену психологічну готовність до екстремальних умов діяльності на основі ауторегуляції психічних станів. Високий рівень аутопсихологічної компетентності фахівця визначається як чинник надійності та ефективності професійних дій, що обумовлює психологічну усталеність, стресостійкість та працездатність в умовах екстремальних впливів [4; 11; 13]. На основі аутокомпетентності вирішуються “задачі ... досягнення психологічної готовності фахівців до подолання екстремальних факторів, ... діяльності в умовах екстремальних ситуацій” [11, с. 159].

Проведене теоретичне дослідження засвідчило, що основним мотивом поведінки фахівця при виникненні екстремальних ситуацій є сумлінне та активне виконання професійних обов’язків, що обумовлюється внутрішніми установками психологічної готовності до екстремальності подій – В. Андрюсюк, О. Даніленко, М. Корольчук, Б. Смірнов [3; 5; 10; 12 та ін.]. Це визначає можливість вирішення на основі аутокомпетентності задачі з формування у майбутніх фахівців морського транспорту психологічної готовності до екстремальних ситуацій професійної діяльності, до подолання впливу негативних емоційних станів, зокрема тривоги та страху (в екстремальних умовах водної стихії страх сковує психічну й рухову активність людини, що є надзвичайно небезпечним при виконанні екстремальних завдань із забезпечення живучості судна в морі [2]). Наявність такої готовності характеризується високою здатністю фахівця до психічної саморегуляції (самокорекції). Згідно з даними дослідників, для екстремальних умов діяльності задачі формування психологічної готовності до них можуть бути ефективно реалізовані для подолання впливу негативних емоційних станів на основі розвитку аутопсихологічної компетентності фахівців [3; 4; 6; 10–13].

Як зазначає А. Деркач, аутопсихологічна компетентність, в загальному підході є здатністю особистості до цілеспрямованої орієнтації

у власному внутрішньоособистісному просторі. Від аутокомпетентності залежить якість самоаналізу, адекватність самооцінки, рівень саморегуляції та інші важливі якості, що в кінцевому результаті визначають ефективність діяльності. У сфері професійної діяльності розвинена аутокомпетентність особистості фахівця визначає його готовність до спрямованої внутрішньопсихологічної роботи на основі ауторегуляції по розвитку та вдосконаленню тих його якостей, що у зовнішній сфері професійних дій визначають високу психологічну готовність до ефективної фахової діяльності [4, с. 46–52]).

На думку В. Лебедева, фахова діяльність моряка на судні розглядається як діяльність в екстремальних умовах замкнених технічних систем. У таких умовах ефективність фахівця морського транспорту в екстремальних ситуаціях професійної діяльності визначається рівнем його професійно-психологічної готовності до них. При цьому важливим чинником розвитку цієї готовності виступає аутопсихологічна здатність до подолання впливу негативних психічних станів на основі самоконтролю, самокорекції та психічної саморегуляції [6].

Слід зазначити, що аутопсихологічна компетентність проявляється в умінні особистості використовувати та розвивати власні ресурси. Тому вона виступає як готовність і здатність особистості до цілеспрямованої психологічної роботи щодо зміни своїх властивостей, поведінки, діяльності та стосунків у особистісно-професійній сфері. Розвиток аутокомпетентності дозволяє ефективно вирішувати практичні задачі екстремальних ситуацій професійної діяльності, зокрема задачі щодо психологічної готовності до діяльності під впливом екстремальних чинників. Удосконалення складових аутопсихологічної компетентності визначає в екстремальних умовах високоефективну саморегуляцію емоційних станів фахівця, його здатність до оперативного мислення, швидкої актуалізації знань для прийняття рішення, готовності до діяльності в кризових умовах тощо [11, с. 159–169].

У царині практичної діяльності розвиток аутопсихологічної компетентності здійснюється переважно в інтрособистісному просторі з виходом до міжособистісного. Це дозволяє активно впливати на функціональні стани людини, що виникають у ході її трудової діяль-

ності при впливі екстремальних чинників, тим самим підвищуючи її стресостійкість, працездатність, продуктивність професійної діяльності, психологічну готовність до виконання професійних завдань в екстремальних умовах [11; 13].

Теоретичне дослідження засвідчило, що в контексті аутопсихологічного підходу загальний рівень розвитку психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності прямо корелює з показниками розвитку аутокомпетентності професіонала. Розвиток психічної саморегуляції на основі формування аутопсихологічної компетентності майбутніх моряків для самокорекції тривоги та страху перед ймовірними фаховими екстремальними ситуаціями визначає ефективність формування в них високого рівня психологічної готовності до екстремальних ситуацій професійної діяльності. Дана позиція була обрана теоретичною базою проведення експериментального дослідження щодо формування психологічної готовності майбутнього фахівця морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності й розробки відповідної програми.

Проведене нами дослідження структури психологічної готовності з точки зору системного структурування аутопсихологічної компетентності до діяльності в екстремальних ситуаціях дозволило зробити наступні висновки:

формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до діяльності в екстремальних ситуаціях визначає засвоєння особистістю в процесі отримання морської освіти спеціальних психологічних знань, вмій та навичок щодо способів конструктивного аутопсихологічного сприйняття дійсності. Психологічна готовність до такого сприйняття сприяє вибору оптимально-фахового варіанту реагування на екстремальний характер професійно обумовленої ситуації. Така здатність морського фахівця виступає чинником забезпечення професійної надійності його дій, його стресостійкості, визначаючи ефективну аутокорекцію тривоги та страху перед ймовірними професійно-обумовленими екстремальними ситуаціями;

комплексними структурними компонентами психологічної готовності фахівця морського транспорту до діяльності в екстремальних

ситуаціях визначені: мотиваційно-когнітивний, емоційно-вольовий, операційний. Дане структурування компонентів надає можливість розглядати на аутокомпетентнісній основі психологічну готовність майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності в контексті їх здатності до ефективної самокорекції тривоги та страху.

формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності може бути забезпечено через вдосконалення освітніх програм підготовки майбутніх моряків шляхом розвитку психологічної складової професійної компетентності у відповідності до сучасних вимог Міжнародної Конвенції ПДНВ.

За результатами проведеного дослідження ми дійшли висновку, що задля формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності, ефективними напрямками психологічного вдосконалення процесу їх підготовки у вищих морських навчальних закладах можуть бути визначені такі стратегічні шляхи навчально-практичної роботи, як:

інтеграція комплексу фундаментальних і спеціальних професійних знань морського фахівця разом із спеціальними психологічними знаннями в його підготовці. Цей процес визначається як формуванням конструктивних професійних компетентнісних утворень (визначають рівень безпосередньої фахової підготовки), так і розвитком особистісного інтропростору майбутнього фахівця морського транспорту. У цьому внутрішньому просторі особистості фахівця разом із засвоєнням фундаментальних, спеціально-професійних, соціально-гуманітарних та психологічних знань відбувається формування засадничих цінностей фаху моряка, відповідних соціальних установок, мотиваційної спрямованості, професійної “Я-концепції фахівця морського транспорту” та інших складових психологічної готовності до діяльності в екстремальних ситуаціях.

гуманізація та гуманітаризація морської освіти (розвиток професійної самосвідомості майбутнього моряка у контексті проблеми цінності людського життя та його охорони на морі, визначення важли-

вості ролі та можливостей особистості спеціаліста морського транспорту в процесі вирішення задач екіпажу в умовах екстремальних ситуацій професійної морської діяльності, подолання вузькотехнократичного мислення майбутніх моряків за рахунок засвоєння комплексу додаткових індивідуально- та соціально-психологічних знань та суб'єкт-суб'єктних підходів; розвиток соціокультурної толерантності на основі психологічних можливостей особистісного розвитку морського фахівця);

індивідуалізація (впровадження в практику підготовки у ВНЗ майбутніх фахівців морського транспорту принципів особистісно-орієнтованого навчання; збільшення числа факультативних курсів з метою засвоєння фахово-необхідних психологічних знань та вмінь, спрямованих на аутопсихологічну самокорекцію тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями професійної діяльності; реалізація індивідуальних планів підготовки майбутніх моряків до екстремальних ситуацій професійної діяльності з урахуванням індивідуальних схильностей, якостей, потреб, інтересів та можливостей майбутніх моряків при виборі форм і методів навчання).

Висловлені аргументації дають змогу стверджувати, що високий рівень розвитку психологічної готовності майбутнього морського фахівця до екстремальних ситуацій професійної діяльності забезпечується комплексом зовнішніх та внутрішніх психолого-педагогічних умов. Власне взаємодоповнення цих умов у підсумку і визначає ефективність процесу професійної підготовки фахівця у ВНЗ (Р. Грановська, В. Котов, Є. Клімов, З. Курлянд, В. Панкратов, А. Райцев, В. Семиченко, Т. Яценко).

При цьому зовнішні умови психолого-педагогічного процесу підготовки майбутнього фахівця характеризують можливість зовнішньої керованості – методологічного, організаційного управління процесом навчання у ВНЗ, процесом навчально-професійної підготовки студентів як майбутніх фахівців, процесом формування їх особистісно-професійних характеристик. Форми організації даного процесу визначають зовнішні умови як характеристики методологічного забезпечення в умовах ВНЗ системи ефективних навчальних

відносин “викладач-студент”. Цілком очевидно, що ці умови зовнішньо забезпечують педагогічними, психологічними, дидактичними, організаційними та іншими методами умови розвитку пізнавальних процесів у студентів, формування в них знань, умінь, навичок та відповідної системи професійно важливих рис, формування готовності до фахової діяльності [9, с. 70–75].

Вищезазначене дало змогу дійти висновку, що зовнішніми психолого-педагогічними умовами процесу формування психологічної готовності майбутніх морських фахівців до екстремальних ситуацій професійної діяльності на основі актуалізації аутопсихологічної компетентності є: активні форми індивідуально- та соціально-психологічного навчання у вигляді активних форм когнітивного навчання (лекційно-інформаційний спецкурс за тематикою “Психологія екстремальних ситуацій та її специфіка на морському транспорті” на основі проблемного викладу навчально-розвивального матеріалу та навчального диспуту); комплекс психологічних тренінгів, спрямованих на розвиток екстра- та інтроособистісних компонентів психологічної готовності майбутнього моряка до екстремальних професійних ситуацій; активна практична діяльність майбутніх моряків в умовах плавальної практики, діяльності на тренажерах фахового спрямування тощо.

Водночас внутрішньою умовою формування психологічної готовності до екстремальних ситуацій професійної діяльності майбутніх фахівців морського транспорту в нашому дослідженні виступає особистісний комплекс важливих професійних рис, а також знань і практичних вмінь та навичок. Комплекс визначає структуру психологічної готовності з точки зору системного структурування аутопсихологічної компетентності (мотиваційно-когнітивний, емоційно-вольовий та операційний комплексні компоненти) на основі 19 критеріїв психологічної готовності до екстремальних ситуацій професійної діяльності. Цей особистісно-професійний комплекс відображає сформованість у майбутнього фахівця морського транспорту психологічної готовності до діяльності в екстремальних ситуаціях за допомогою розвитку його аутопсихологічної компетентності щодо самокорекції тривоги

та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями професійної діяльності. Характеристики розвитку аутопсихологічної компетентності спеціаліста (адаптивність, самостійність, тривожність, позитивність мислення (депресивність), активність діяльності, відповідальність, сміливість при зіткненні з невизначеністю, мотиваційна спрямованість на професійну успішність, здатність до саморегуляції (самоконтролю, самокорекції)) адекватно відображають сутнісні характеристики сформованості психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності.

Реалізація вказаних вище шляхів та умов підвищення ефективності процесу формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності є відображенням відповідності сучасного процесу вдосконалення морської освіти в Україні до вимог Міжнародної Конвенції по ПДНВ 78/95 з Манільськими поправками 2010 року [1; 8].

Метою статті є узагальнення теоретико-практичних засад розробки та впровадження Програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності, що забезпечує продуктивну аутокомпетентнісну самокорекцію та саморегуляцію тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Визначення теоретичних засад організації процесу формування психологічної готовності майбутніх моряків до фахових екстремальних ситуацій на базі аутокомпетентнісного підходу посприяло організації експериментального дослідження по розробці та апробації Програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності (Програми).

Програма дій (алгоритм психолого-педагогічної діяльності) відображає послідовність стадій, етапів у розвитку риси або індивідуального особистісного параметра (А. Деркач) [4]. В умовах нашого дослідження алгоритм ефективного розвитку аутопсихологічної компетентності майбутніх морських фахівців реалізується в процесі їх

професійної підготовки в морському ВНЗ та є спрямованим на формування їх аутопсихологічної компетентності надійної професійної діяльності в умовах фахово-обумовлених екстремальних ситуацій. Програма ефективного розвитку аутопсихологічної компетентності майбутніх морських спеціалістів, як основа формування їх психологічної готовності до екстремальних ситуацій професійної діяльності, дозволяє сформувати ефективну аутокомпетентнісну здатність майбутніх моряків до самокорекції, самоконтролю та саморегуляції. Така Програма, за рахунок формування інтегративних аутопсихологічних новоутворень особистості, визначає високу здатність майбутніх моряків до самокорекції станів тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями професійної діяльності як складову їх психологічної готовності до екстремальних ситуацій морської праці. Адже, за визначенням дослідників, психологічна готовність до екстремальних професійних ситуацій акумулює в собі необхідні для успішного вирішення виниклої задачі елементи майбутньої діяльності. При цьому така психологічна готовність на рівні ефективної здатності до самокорекції інтропростору особистості фахівця психологічно забезпечує в екстремальних умовах надійність, ефективність компетентність алгоритмів його професійних дій [4; 10; 12; 13].

У ході реалізації Програми здатність до самокорекції формується на основі аутокомпетентнісних змін професійної Я-концепції щодо небажаних, з точки зору фахової ефективності моряка в умовах екстремальних ситуацій, професійно-важливих складових: індивідуально-особистісних рис (професійно-непродуктивних і професійно негативних), деструктивних установок, ціннісних і вольових демотивацій, непродуктивних професійно-поведінкових алгоритмів дій (вмінь, навичок) тощо. На цій базі усвідомлених аутопсихологічних змін складових професійної “Я-концепції фахівця морського транспорту” досягається оновлений поведінковий рівень майбутнього морського фахівця, що й забезпечує підвищення психологічної готовності до екстремальних ситуацій.

У ході реалізації Програми здатність до самоконтролю та саморегуляції в умовах екстремальних ситуацій професійної діяльності фахівців

морського транспорту формується у відповідності до необхідності професійно-особистісного вирішення задач по стресостійкості, діяльності в ситуаціях невизначеності, нервово-психічного перенапруження, аварійності та в інших екстремальних ситуаціях професійної праці моряка. Також у межах задач з розвитку саморегуляції майбутніх моряків важливим елементом аутопсихологічної компетентності є внутрішня психологічна робота із систематичного зменшення негативності свідомості (зменшення рівня негативних емоційних станів – тривоги, страху та ін., негативності самооцінок, зневіри у власних силах, негативних оцінок щодо оточення на судні та службово-професійних задач і обов'язків в умовах екстремальності тощо). Як продуктивний захід саморегуляції моряка, така аутокомпетентнісна робота з формування внутрішніх засобів розвитку позитивності професійної свідомості майбутнього морського фахівця, разом із формуванням продуктивних методів його самоконтролю, являють собою ефективні складові підвищення його психологічної готовності до ймовірних екстремальних ситуацій, подолання тривоги та страху перед ними.

Програма формування психологічної готовності до екстремальних ситуацій професійної діяльності майбутніх фахівців морського транспорту на основі розвитку в них аутопсихологічної компетентності має певні етапи:

I. Підготовчий етап формування психологічної готовності. Головна мета – створити організаційні та психолого-педагогічні умови процесу формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності, спланувати навчально-практичну роботу на основі реалізації стратегічних принципів інтеграції, гуманізації та індивідуалізації. Основними завданнями підготовчого етапу є:

1) організаційні (організаційно-підготовча робота для початку реалізації Програми в умовах морського ВНЗ); 2) організаційно-психологічні (реалізація принципу індивідуалізації навчання майбутніх моряків на основі особистісно-орієнтованого підходу для визначення індивідуальної специфіки розвитку аутокомпетентнісних складових психологічної готовності); 3) психолого-педагогічні (інформаційно-психологічна

підготовка у формі лекційно-інформаційного спецкурсу “Психологія екстремальних ситуацій та її специфіка на морському транспорті”, основи психології професійної діяльності, аутопсихологічної компетентності). Підготовчий етап спрямований на розвиток переважно мотиваційно-когнітивного комплексного компоненту психологічної готовності.

II. Етап формування психологічної готовності на основі аутокомпетентнісного розвитку психічної саморегуляції майбутнього морського фахівця. Головна мета – практичне формування та розвиток аутокомпетентнісних складових (самоконтролю, самокорекції, саморегуляції) психологічної готовності до екстремальних ситуацій професійної діяльності майбутнього морського фахівця. Основними завданнями етапу формування є:

1) рефлексивно-діагностичні (діагностичні процедури етапів формування критеріїв психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності; аутопсихологічна рефлексія вихідного рівня розвитку психологічної готовності; визначення задач аутокомпетентнісного розвитку критеріїв психологічної готовності до екстремальних професійних ситуацій); 2) психологічні (оволодіння аутокомпетентнісними технологіями аутогенної самокорекції, самоконтролю, саморегуляції на базі психологічних тренінгів: тренінговий курс в умовах навчальної діяльності), засвоєння на основі аутогенного тренування ефективних аутогенних способів психологічної підтримки (методика В. Лобзіна та М. Решетнікова) [7]. Другий етап формування спрямований на розвиток переважно емоційно-вольового та операційного комплексних компонентів психологічної готовності;

III. Заключний етап формування психологічної готовності (практична діяльність майбутніх морських фахівців з розвитку психологічної готовності до екстремальних ситуацій в умовах плавальної практики). Головна мета – завершення процесу формування психологічної готовності майбутніх моряків до екстремальних ситуацій професійної діяльності, вдосконалення в умовах плавальної практики майбутніх морських фахівців аутопсихологічних навичок аутогенної самокорекції тривоги та страху перед ймовірними фаховими екстремальними

ситуаціями; оцінка результатів Програми. Основними завданнями заключного етапу є:

1) практичне застосування майбутніми моряками в умовах плавальної практики аутокомпетентнісних вмій та навичок розвитку високого рівня психологічної готовності до екстремальних ситуацій професійної діяльності; 2) індивідуальне самовдосконалення майбутніми фахівцями морського транспорту аутогенних вмій та навичок самокорекції, самоконтролю та саморегуляції в умовах перебування на судні; 3) рефлексивно-діагностичні – оцінка наявного рівня аутопсихологічної сформованості психологічної готовності майбутніх моряків до екстремальних ситуацій професійної діяльності, вмій та навичок аутогенної самокорекції тривоги та страху перед ймовірними фаховими екстремальними ситуаціями. Заключний етап спрямований на розвиток усіх комплексних компонентів психологічної готовності: мотиваційно-когнітивного, емоційно-вольового та операційного.

Програма базується на ефективних алгоритмах розвитку аутопсихологічних процесів самокорекції, самоконтролю та саморегуляції фахівців [4; 13], що забезпечує в ході її застосування продуктивну реалізацію чотирьох послідовних стадій змін поведінки майбутніх фахівців морського транспорту: підготовка; усвідомлення; переоцінка; дія. Ці алгоритми Програми на основі розвитку аутокомпетентності об'єднують основні процеси змін поведінки майбутніх морських фахівців, що при формуванні психологічної готовності до екстремальних ситуацій забезпечує високу здатність до самокорекції та самоконтролю поведінки в умовах екстремальності.

Опираючись на методологію розвитку складових аутокомпетентності [4; 13], у нашій Програмі послідовно реалізуються заходи щодо підготовки майбутнього фахівця морського транспорту до дій в екстремальних умовах: мотиваційні; когнітивні; афективні; поведінкові. Алгоритм розвитку самоконтролю майбутнього фахівця впроваджується як сукупність внутрішніх (Я-ідеальне в самоконтролі; рівні оволодіння самоконтролем майбутнього морського фахівця; Я-реальне в самоконтролі) та зовнішніх (навчання самоконтролю в тренінговій групі) чинників. Якісними ознаками рівня самоконтролю та саморегуляції

виступають компоненти професійної діяльності фахівця (ціль, мотив, спосіб, результат), що відповідно характеризують рівень психологічної готовності майбутнього фахівця до екстремальних професійних ситуацій.

Застосована в Програмі методика аутогенного тренування (В. Лобзіна та М. Решетнікова) [7] є ефективною системою аутопсихологічного управління емоційно-вольовою сферою морського спеціаліста, підвищення рівня його самокорекції, самоконтролю, саморегуляції та психофізіологічних резервів організму майбутнього моряка в умовах фахової діяльності під впливом екстремальних стрес-факторів, зокрема ймовірності екстремальних ситуацій професійної морської діяльності. Застосування методики В. Лобзіна [7], як ефективного засобу формування психологічної готовності моряків до екстремальних фахових ситуацій, визначається наступним: доступність і простота оволодіння основними вправами методики для майбутніх моряків у ході навчального процесу в морському ВНЗ; універсальність при застосуванні (можливість використовувати для мобілізації сил і можливостей морських фахівців перед заступанням на вахту; для відновлення психічної рівноваги після закінчення несення вахти; для зняття психофізичної напруженості й негативних емоційних станів (тривоги та страху) в перервах між несенням служби).

Результатом аутокомпетентнісного процесу аутогенного формування та розвитку самоконтролю, саморегуляції, самокорекції особистості морських фахівців є підвищення рівня їх працездатності, емоційно-вольової стійкості, відповідальності, позитивний психологічний настрій, забезпечення оптимістичного ставлення до екстремальних умов професійної діяльності тощо. Таким чином, на основі комплексного розвитку аутопсихологічної компетентності майбутніх фахівців морського транспорту, в процесі професійної підготовки в морському ВНЗ ефективно аутогенно забезпечується їх психологічна готовність до екстремальних ситуацій професійної діяльності. Високий фахово-обумовлений рівень психологічної готовності майбутніх фахівців сприяє зменшенню рівня психологічного напруження морських фахівців в умовах замкненої соціотехнічної системи судна, підви-

щенню їх стресостійкості і загальної професійної працездатності на підставі свідомого психологічного самоуправління психофізичними станами. Це визначає високу аутогенну здатність майбутніх фахівців морського транспорту до самокорекції станів тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями професійної діяльності. Ефективна професійна підготовка на аутокомпетентнісній основі майбутнього морського фахівця з високим рівнем психологічної готовності до діяльності в екстремальних ситуаціях професійної діяльності визначає підвищення безпеки мореплавства, збереження людського життя на морі, зниження аварійності тощо.

Отже, розроблена Програма формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності на базі підвищення рівня аутокомпетентності майбутніх моряків визначає розвиток здатності до самокорекції, самоконтролю, саморегуляції майбутніх моряків як показників їх психологічної готовності до екстремальних фахових ситуацій. Метою Програми є формування психологічної готовності майбутніх моряків до екстремальних ситуацій професійної діяльності на основі аутокомпетентнісної здатності до аутогенної самокорекції тривоги та страху перед ймовірними фаховими екстремальними ситуаціям, що й забезпечується відповідною методологією та ефективними психолого-педагогічними заходами. Апробація Програми засвідчила ефективне виконання завдань усіх її етапів, що й визначає можливість її застосування в навчальному процесі морського ВНЗ з метою підвищення якості підготовки майбутніх фахівців морського транспорту відповідно до сучасних вимог Міжнародної Конвенції по ПДНВ.

Перспективами подальших досліджень є розробка практичних рекомендацій фахівцям морського транспорту щодо самостійної підготовки до екстремальних ситуацій професійної діяльності.

Список використаної літератури

1. Алексишин В. Г. Международные и национальные стандарты безопасности мореплавания / В. Г. Алексишин, Л. А. Козырь, Т. Р. Короткий. – Одесса : Латстар, 2002. – 257 с.

2. Варій М. Й. Загальна психологія : навч. посібник / М. Й. Варій. – [2-ге вид., випр. і доп.]. – К. : “Центр учбової літератури”, 2007. – С. 654–659.
3. Даниленко А. А. Психологические основы управления на морском транспорте : учебник. – СПб. : Издательство Санкт-Петербургского института истории РАН, 2004. – 395 с.
4. Деркач А. А. Развитие аутопсихологической компетентности государственных служащих / А. А. Деркач, Л. А. Степнова. – М. : РАГС, 2003. – 297 с.
5. Корольчук М. С. Психофізіологія працездатності корабельних спеціалістів в екстремальних умовах : дис. ... докт. психол. Наук : 19.00.02 / Корольчук Микола Степанович. – К., 1996. – 343 с.
6. Лебедев В. И. Экстремальная психология. Психическая деятельность в технических и экологически замкнутых системах : учебник / В. И. Лебедев. – М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2001. – 431 с.
7. Лобзин В. С. Аутогенная тренировка : справочное пособие / В. С. Лобзин, М. М. Решетников. – Л. : Медицина, 1986. – 280 с.
8. Манільські поправки 2010 р. до Додатка Міжнародної Конвенції про підготовку та дипломування моряків та несення вахти 1978 р. (ПДНВ 78/95) ; Манільські поправки до Кодексу з підготовки та дипломування моряків та несення вахти (ПДНВ) 25.06.2010 р. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/mu10242.html
9. Педагогіка вищої школи : навч. посібник / [З. Н. Курлянд, Р. І. Хмелюк, А. В. Семенова та ін.]; за ред. З. Н. Курлянд. – [3-тє вид., перероб. і доп.]. – К. : Знання, 2007. – 495 с.
10. Психологія екстремальної поведінки : [навчально-методичний комплекс / укладач: В. Г. Андросюк] / Навчально-науковий інститут заочного навчання НАВСУ. – К. : НАВСУ, 2014. – 60 с.
11. Психологія професійної діяльності : лекції “В допомогу викладачу” / [под общ. ред. А. А. Деркача]. – М. : Изд-во РАГС, 2006. – 342 с.
12. Смирнов Б. А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Б. А. Смирнов, Е. В. Долгополова. – Х. : Изд-во “Гуманитарный Центр”, 2007. – 276 с.
13. Степнова Л. А. Развитие аутопсихологической компетентности специалиста / Л. А. Степнова. – М. : РАГС, 2009. – 140 с.

Рецензент – доктор психологічних наук, професор Потанчук Є. М.

Сорока Е. М. Программа формирования психологической готовности будущих специалистов морского транспорта к экстремальным ситуациям профессиональной деятельности

В статье обобщены теоретико-практические основы разработки Программы формирования психологической готовности будущих специалистов морского транспорта к экстремальным ситуациям профессиональной деятельности, обеспечивающей аутокомпетентную самокоррекцию и саморегуляцию тревоги и страха перед возможными экстремальными ситуациями профессиональной деятельности. Программа предусматривает три последовательных этапа формирования психологической готовности будущих моряков на базе развития аутопсихологической компетентности в процессе профессиональной подготовки, контроль критериев психологической готовности в процессе реализации учебных и практических мероприятий.

Ключевые слова: *психологическая готовность, специалисты морского транспорта, экстремальные ситуации профессиональной деятельности, аутопсихологическая компетентность, самокоррекция, самоконтроль, саморегуляция.*

Soroka O. Program of Formation of Psychological Readiness of Future Factors of Marine Transport to Extremal Professional Situations

The professional activity of specialists in maritime transport takes place under extreme conditions and is characterized by considerable saturation of extreme situations. The complexity and danger of the marine element requires the creation of a clear system formation, the psychological readiness of future specialists in professional higher education, in higher educational establishments and in the extreme conditions.

An article summarizes the theoretical and practical principles of the development the Program for formation of the psychological readiness of future specialists in maritime transport to the extreme situations of professional activity, providing self-correction and self-regulation of anxiety and fear of the probable extreme situations of professional activity.

Development of auto competence allows to effectively solve practical problems of extreme situations of professional activity, in particular problems concerning psychological readiness for activity under the influence of extreme factors.

The program envisages three consecutive stages of formation of the psychological readiness of future sailors on the basis of development auto psychological competence in the process of professional training, control of the criteria, psychological readiness in the process implementation of educational and practical measures.

The program at the level of effective self-correction of interpersonal personality of a future marine specialist determines in a situation of extreme situations the reliability, efficiency and competence of the algorithms of his professional actions on the basis of rising, the level of autogenic ability to self-correction, self-control, self-regulation.

Result of auto competent process of autogenously formation and development of self-control, self-regulation, self-correction of the personality of marine specialists is to increase their capacity for work, emotional and volitional stability, responsibility, positive psychological mood, to ensure optimistic attitude to extreme conditions of professional activity, etc. Thus, on the basis of the complex development of auto psychological competence of future specialists in maritime transport, in the process of professional training in the marine higher educational institutions, their psychological readiness for extreme situations of professional activity is effectively autographed. The high professional-conditioned level of psychological readiness of future specialists contributes to reducing the level of psychological stress of marine specialists in the conditions of a closed social-technical system of the ship, increasing their stress-stability and general professional ability on the basis of conscious psychological self-management of psycho physical states. This determines the high autogenous ability of future marine experts to self-correct the states of anxiety and fear of the probable extreme situations of professional activity. Effective professional training on the basis of the future of a marine specialist with a high level of psychological readiness for work in extreme situations

of professional activity determines increase of safety navigation, saving of human life at sea, decrease of accident rate.

Keywords: *psychological readiness, specialists in maritime transport, extreme situations of professional activity, auto psychological competence, self-correction, self-control, self-regulation.*