

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ СПЕЦИФИКА И ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ В ПРОФЕССИЯХ ОСОБОГО РИСКА

Плужникова А.С.

*Плужникова Алена Сергеевна – магистрант,
кафедра общей психологии и истории психологии,
психологический факультет,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск*

Аннотация: *в статье анализируются профессиональные деструкции, под которыми понимается результат гармоничного прохождения регуляторных кризисов развития личности, возникающих в результате неконструктивного разрешения противоречия между субъективно изменившимися условиями профессиональной деятельности и отношением личности к этим изменениям.*

Психологическое содержание профессиональных деструкций определяется спецификой социальной ситуации развития и включает в себя психическое выгорание, а также деформацию межличностных отношений и жизненных целей.

Работа направлена на изучение теоретических основ нормативно-правовой базы для изучения причин формирования профессиональной деформации личности работников профессии особого риска. В контексте исследования необходимо проследить влияние как физических, так и психологических факторов внешней среды на психические деформации. Разработать методы снижения, а может быть, и полного нивелирования факторов, разрушающих психику.

Нам предстоит обосновать программу профилактики и коррекции профессиональной деформации, а также экспериментально проверить программу – профилактику профессиональной деформации.

Ключевые слова: *синдром эмоционального выгорания, стресс, профессиональная деформация.*

Для успешного выполнения любого вида деятельности необходимо, наличие у сотрудника определенных качеств, помогающих ему в этом. Данная проблема особенно значима в профессиях особого риска, так как именно в них цена ошибки может быть очень высока. Так, например профессиональная деятельность сотрудников МЧС проходит в особых условиях и характеризуется воздействием на специалиста значительного числа стрессогенных факторов, воздействие которых при недостаточном развитии профессионально важных качеств, приводит к снижению эффективности выполнения деятельности, профессиональному выгоранию и психосоматическим нарушениям [1].

Актуальным становится изучение внутреннего мира человека опасной профессии, его психических и душевных состояний.

Многие экстремальные ситуации требуют от человека включения таких свойств психики, которыми природа его не одарила. В результате усилий отечественных ученых-психологов были определены ведущие свойства психики, развитие которых обеспечивает успешность действий. К ним относятся оперативное мышление и предвосхищение реакции, способность к сопряженным действиям, к одновременному выполнению равномотивированных задач. Особую роль играют способности человека по отдельным признакам предугадать ход развития еще не развернувшихся событий.

Целью исследования был анализ трудовой специфики и необходимости личностных качеств у работников МЧС.

Контингент и методы исследования:

Обследованы работники МЧС, с помощью личностного опросника Кэттэла 16 PF, тесты на стрессоустойчивость, жизнестойкость, агрессивность, эмоциональное напряжение, степень готовности к риску.

Всего в исследовании приняло участие 36 человек, в возрасте от 26 до 38 лет.

В деятельности сотрудников МЧС мы выделили несколько аспектов, свойственные именно их профессии:

- постоянное ощущение новизны, неповторимости ситуации при осуществлении профессиональной деятельности;
- постоянное включение в профессиональную деятельность волевых процессов;
- высокая ответственность за жизнь и здоровье людей.

Психологические характеристики обобщенного «портрета» сотрудника МЧС по многим показателям весьма близки к средним у населения. Однако, наличие ряда профессионально важных качеств у этих специалистов выделяют их. Так, они отличаются повышенной активностью, достаточно высокой самооценкой. Принимая решения, они стараются тщательно проанализировать возможные варианты развития событий. Им присущи упорство, настойчивость, целеустремленность, внутреннее ощущение полезности своей деятельности.

Результаты показали, что у сотрудников МЧС преобладают такие личностные черты как:

- эмоциональная стабильность, высокая нормативность поведения, высокий самоконтроль, дипломатичность;
- свойственен положительный фон настроения, высокая активность и общительность. При этом их отличает гибкость, способность менять точку зрения под влиянием обстоятельств.

Успешные профессионалы отличаются высокой обучаемостью, умением ориентироваться в новых условиях и принимать правильные решения в

условиях дефицита времени. Они обладают существенно более развитыми способностями к абстрактно-логическому мышлению, анализу и обобщению важных качеств.

При всем многообразии профессионально важных качеств можно назвать ряд из них, которые выступают как профессионально важные практически для любого вида трудовой деятельности.

К таким качествам относятся: ответственность, самоконтроль, профессиональная самооценка, эмоциональная устойчивость [4].

Важную роль в профессиональной деятельности играет самооценка, ее неадекватность уменьшает надежность работы во внезапно возникшей сложной обстановке. Самооценка во многом определяет формирование других профессионально важных качеств.

Психологическая устойчивость в большей степени выражена у лиц, мало подверженных тревоге. Эти лица более рациональны и с меньшим эмоциональным напряжением способны преодолевать стрессовую ситуацию. Они характеризуются более высокой подвижностью психических процессов, что указывает на более широкие возможности адаптации.

Для лиц, тревожных, напротив, типичны ригидность личностных качеств и психических функций, затруднение социальных контактов, что препятствует реализации рациональной и адекватной программы психической адаптации.

Особенности нейродинамики и некоторые свойства темперамента также оказываются значимыми в изучаемой профессиональной деятельности. Установлено, что лица с сильной нервной системой со стороны возбуждения имеют большую склонность к напряженной деятельности, чем лица со слабой нервной системой, для которых характерна более высокая тревожность и более низкая самооценка. Зависимость эффективности деятельности от свойств нервной системы очевидна. Состояние стресса, возникающее у сотрудников МЧС в экстремальных условиях, резко ухудшает действия лиц со слабой нервной системой и не оказывает влияния на людей с сильной нервной системой [5].

Эмоциональное выгорание это проблема современного общества. Данный синдром на практике имеет большую значимость. В ходе исследований были разработаны программа, тренинги, семинары по профилактики симптомов СЭВ. Со стороны психологов осуществлялась работа, которая была направлена на устранение или смягчения СЭВ: наставничество персонала в первые месяцы на рабочем месте, формирование оптимального микроклимата в коллективе для нового сотрудника, построение системы материального и морального стимулирования, перспектива профессионального роста.

В заключении хотелось бы сказать следующее, что для представителей профессий особого риска необходим целый комплекс профессионально

важных качеств, как индивидуально-динамических (быстрота реакции, эмоциональная стабильность и т.д.), так и личностных (смелость, готовность к риску, решительность и т.д.). В то же время, профессиональная деятельность сотрудников МЧС приводит к развитию таких личностных качеств как стрессоустойчивость, социальная интроверсия (не стеснительность человека), умение принимать быстрые решения в сложных ситуациях.

Список литературы

1. *Водопьянова Н.Е.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. СПб., 2005.
2. *Гафарова Н.В.* Проблема синдрома профессионального выгорания в практике подготовки медицинских работников среднего звена / Н.В. Гафарова, Л.Т. Баранская // Образование и наука, 2009.
3. *Ларенцова Л.И.* Синдром эмоционального выгорания у врачей различных специальностей. Психологические аспекты / Л.И. Ларенцова, Л. М. Барденштейн. М.: Изд-во Медицинская книга, 2009. 144 с.
4. *Сорокоумова Г.В.* Эмоциональное выгорание: определение, факторы, симптомы, профилактика / Г.В. Сорокоумова // Работник социальной службы, 2012. № 6. С. 94–99.
5. *Чутко Л.С.* Синдром эмоционального выгорания. Клинические и психологические аспекты / Л.С. Чутко. 2-е изд-е. М.: МЕДпресс-информ, 2014. 255 с.