

теперішній час курсант НУЦЗУ, повинен співчувати і допомагати іншій особі, яку спіткала біда, безкорисно переживаючи з нею її горе. Тож, в результаті дослідження особливостей копінг-стратегій у курсантів з різним рівнем емпатії за допомогою методик Р.Лазаруса «Способи долаючої поведінки» та С.Нормана і Д.Ендлера «Копінг-поведінка в стресових итуаціях» ми зробили наступні висновки: високоемпатійні курсанти обирають такі копінг-стратегії поведінки в екстремальних ситуаціях, як самоконтроль, прийняття відповідальності, планування вирішення проблеми, та стратегії орієнтовані на вирішення задачі. Курсанти з високим рівнем емпатії вибирають так званий активний копінг. До активних стратегій відносять стратегію «вирішення проблем», як базову копінг-стратегію. Вона містить усі варіанти поведінки людини, спрямовані на вирішення проблемної чи стресової ситуації, а також стратегію надання соціальної, психологічної підтримки.

В свою чергу низькоемпатійні курсанти обирають копінг-стратегії «втеча-уникнення», «дистанціювання» та копінг-стратегію орієнтовану на емоції. Стратегія уникання – це поведінкова стратегія, застосовуючи яку, людина прагне уникнути контакту з екстремальною ситуацією, витісняє необхідність розв'язання психологічних проблеми постраждалої людини.

Стратегія уникання – одна з провідних поведінкових стратегій, яка сприяє формуванню псевдодолаючої поведінки. Використання цієї стратегії обумовлене недостатнім рівнем особистісних копінг-ресурсів і навичок активного розв'язання життєвих проблем.

Селюкова Т.В., старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах, Національний університет цивільного захисту України, (м. Харків)

Веремейчик В.А., бакалавр соціально-психологічного факультету, Національний університет цивільного захисту України (м. Харків)

Особливості саморегуляції у осіб з різним рівнем резистентності к ситуаціям невизначенності

Психічна саморегуляція є одним з основних суб'єктивних умов забезпечення професійної безпеки майбутніх співробітників ДСНС. Екстремальна за своїм призначенням професійна діяльність, підвищений рівень нервово-психічної напруженості, інформаційне перевантаження, інтенсивність спілкування, потенційна загроза для життя і здоров'я вимагають пошуку різних шляхів і методів психічної саморегуляції, здатних підвищити рівень професійної безпеки співробітників ДСНС.

Саморегуляцію слід вважати одним з ключових системоутворюючих ознак особистості. На це вказує і О.А. Конопкін, який відзначає, що саморегуляція – це системна характеристика, що відображає здатність особистості до сталого функціонування в різних умовах життєдіяльності. Значення цієї характеристики проявляється в навмисній регуляції особистістю параметрів свого

функціонування (стану, поведінки, діяльності, взаємодії з оточенням), які оцінюються суб'єктом як бажані. Психічна саморегуляція є окремим випадком саморегуляції.

Від ступеня досконалості процесів саморегуляції залежить успішність, надійність, продуктивність, кінцевий результат будь-якого акту произвольної активності. Саморегуляція цілеспрямованої активності виступає як найбільш загальна і сутнісна функція цілісної психіки людини; в процесах саморегуляції реалізується єдність психіки у всьому багатстві її окремих рівнів, сторін, можливостей, функцій, процесів, здібностей тощо.

Співробітники ДСНС, стикаючись з важковирішуваними, раптово виникаючими проблемами, які не мають однозначного рішення, постійно знаходяться в стані підвищеного емоційного та фізичного напруження, яке іноді спонукає його до імпульсивних дій. У той же час професійні рішення про те, як діяти, повинні прийматися з усією відповідальністю навіть в умовах жорсткого дефіциту часу; крім того, дії співробітників оцінюються керівництвом, колегами, представниками громадськості, ЗМІ і іншими людьми. На карту поставлені авторитет і престиж його особистості, співробітників, організації, держави. Всі ці умови можуть призвести до тривожного, депресивного стану, яке необхідно усунути.

Сучасний світ – світ потрясінь, змін і криз. Умови нашого життя характеризуються високим рівнем невизначеності, пов'язаних з нестійкою системою цінностей, інформаційними навантаженнями, екстремальними умовами праці. Ставлення до невизначеності впливає на резистентність адаптаційних резервів організму. Поняття "невизначеність" має різні тлумачення. Під невизначеністю ми розуміємо сукупність обставин, які характеризуються неповнотою інформації та стохастичною природою.

Крім цього, в контексті проблеми підготовки рятувальників, до зовнішнього тиску невизначеності, додається ще й невизначеність внутрішня, пов'язана з тим, що ситуація взаємодії під час надання допомоги, в тому числі психологічної, може бути описана в термінах суцільної невизначеності.

Поняття «толерантність до невизначеності» визначається у зв'язку з необхідністю пояснення особливостей поведінки особистості в багатозначних ситуаціях, зокрема готовності приймати ці ситуації або уникати їх .

Для інтолерантної особистості характерним є: сприйняття невизначеної ситуації як джерела загрози; тенденція до винесення полярних суджень по типу «чорне-біле»; намагання приймати поспішні рішення, часто без урахування справжнього стану справ; потяг до очевидного та безумовного прийняття чи відторгнення у відносинах з іншими людьми; нездатність до мислення у категоріях ймовірностей та намагання уникати непрозорого та неконкретного; схильність реагувати занепокоєнням на незрозумілі ситуації; потреба у категоризації; неможливість припустити наявність позитивних та негативних характеристик всередині одного об'єкту; дихотомічність сприймання; нездатність сприймати суперечливі, та такі, що швидко змінюються стимули;

пошук безпеки та намагання уникнути невизначеності; надання переваги знайомому, відторгнення усього незвичного.

Характерні ознаки особистості толерантної до невизначеності, це: потяг до невизначених ситуацій; почуття комфорту у момент перебування у невизначеній ситуації; сприймання невизначених ситуацій як бажаних; здатність розмірковувати над проблемою, навіть якщо є невідомими усі фактори та можливі наслідки прийняття рішення; здатність приймати конфлікт та напруження, що виникають у невизначених ситуаціях; здатність опиратись відсутності зв'язку та логіки у інформації що надходить; здатність приймати невідоме; здатність сприймати нові, незнайомі та ризиковані ситуації як стимулюючи; готовність пристосуватись до невизначеної ситуації чи ідеї.

Окрім аналізу літератури з питань саморегуляції та резистентності к ситуаціям невизначеності, в роботі були використанні емпіричні методи з використанням опитувальника «Стиль саморегуляції поведінки» В.І. Моросанова, шкала толерантності до невизначених ситуацій С. Баднера (версія Т.В. Корнілової).

В результаті дослідження, серед курсантів НУЦЗУ Державної служби України з надзвичайних ситуацій було виявлено, що курсанти з різним рівнем толерантності до невизначеності мають відмінні данні, як за загальним показником саморегуляції, так і за шкалами методики В.І. Моросанової.

Нами було визначено, що особи резистентні до ситуацій невизначеності мають вищий рівень саморегуляції. Це свідчить про здатність самостійно планувати діяльність і поведінку, контролювати хід виконання, аналізувати і оцінювати проміжні і кінцеві результати своєї діяльності. А також випробовувані з високими показниками загального рівня саморегуляції самостійні, гнучко і адекватно реагують на зміну умов, висунення і досягнення мети у них в значній мірі усвідомлено. Вони врівноважені та розсудливі при зіткненні з труднощами. При високій мотивації досягнення вони здатні формувати такий стиль саморегуляції, який дозволяє компенсувати вплив особистісних, характерологічних особливостей, що перешкоджають досягненню мети. Чим вище загальний рівень усвідомленої регуляції, тим легше людина опановує новими видами активності, впевненіше відчуває себе в незнайомих ситуаціях, тим стабільніше його успіхи в звичних видах діяльності.

Для інтолерантної особистості характерним є: сприйняття невизначеної ситуацій як джерела загрози; схильність реагувати занепокоєнням на незрозумілі ситуації; пошук безпеки. Курсанти інтолерантні до невизначеності, не мають схильності до підприємливості, тяги до нового та невідомого, намагаються внести у своє життя і навколишнє середовище максимальну ясність і однозначність, мають відчуття власної безпорадності при зіткненні з труднощами. Особи інтолерантні до невизначеності в складній для них ситуаціях, знаходять відраду у пошуку інформаційної, дієвої та емоційної підтримки. Їх поведінкові програми ригідні, вони недостатньо гнучко змінюються в нових обставинах і в ситуаціях перешкод. У разі невідповідності отриманих результатів цілям не проводиться корекція програми дій до

отримання прийняттого результату. Вони часто піддаються імпульсам, приймають поспішні рішення, без урахування справжнього стану справ, спрямовані до втечі від проблеми.

За шкалами ж «гнучкості» і «самостійності» високі показники отримали курсанти резистентні до ситуацій невизначеності, що може говорити про пластичність усіх регуляторних процесів. При виникненні непередбачених обставин такі випробовувані легко перебудовують плани і програми виконавських дій і поведінки, здатні швидко оцінити зміну значущих умов і перебудувати програму дій. При виникненні неузгодженості отриманих результатів з прийнятою метою своєчасно оцінюють сам факт неузгодженості і вносять відповідну корекцію. Така гнучкість дозволяє адекватно реагувати на швидку зміну подій і успішно вирішувати поставлену задачу в ситуації ризику, що особливо важливо для майбутніх рятувальників. А також свідчить про автономність в організації активності людини, його здатності самостійно планувати діяльність і поведінку, організувати роботу по досягненню висунутої мети, контролювати хід її виконання, аналізувати і оцінювати як проміжні, так і кінцеві результати діяльності.

Ми з'ясували, що існують відмінності саморегуляції у курсантів НУЦЗУ з різним рівнем толерантності до невизначеності. Особи з високим рівнем толерантності до невизначеності мають більш високий рівень життестійкості, являються більш гнучкими до непередбачуваності навколишнього світу, використовують більш гнучкі копінг-стратегії, а особи інтолерантні до невизначеності реагують занепокоєнням на незрозумілі ситуації, що робить їх менш життестійкими при зіткненні з труднощами.

Виходячи з наведених даних, можна зробити висновок, що рівень резистентності має безпосередній зв'язок із стилями саморегуляції поведінки, та її загальним показником. Це обумовлює подальшу необхідність більш детального вивчення цих понять, та їх взаємозв'язку.

Сервачак О.В., канд. психол. наук – доцент кафедри історії та права Донецького національного технічного університету (м. Покровськ)

Придятько Р.В., магістрант Донецького національного технічного університету (м. Покровськ)

Імідж правоохоронців як важлива складова професійної компетентності

Зміни, які відбуваються в сучасному українському суспільстві, торкаються соціальної, політичної, економічної, духовної сфер його існування, потребують формування нових взаємовідносин між державою, її інституціями та громадянським суспільством. Органи правопорядку у системі державних інститутів посідають особливе місце, вони відповідають за захист життя, здоров'я, прав і свобод громадян, інтереси суспільства й держави та реалізують свої функції у безпосередньому контакті з громадянами. В Україні, в умовах