

втрапи рівновати в соціальних конфліктах є більш інтенсивними, ніж у неуспішних.

2. Шкала істерії ($t = 1, 599$; $p < 0,05$). За даною шкалою середньо успішні співробітники також мають вищі показники, ніж неуспішні. Тобто вони частіше використовують симптоми соматичних захворювань як засіб уникання відповідальності. Всі проблеми вирішуються через «втечу» у хворобу. Головною особливістю таких людей є прагнення здаватися значнішими, ніж вони є насправді, прагнення звернути на себе увагу будь-яким чином, отримувати схвалення і викликатися захоплення. Почуття таких осіб поверхові, зацікавлення неглибокі.

3. Шкала гіпоманії ($t = 1, 617$; $p < 0,05$). За даною шкалою вищі показники мають неуспішні сержанти. Тобто для них характерний піднесений настрій незалежно від обставин, активність, енергійність і життєрадісність. Вони люблять роботу з постійними змінами, охоче контактують з оточуючими, однак їх зацікавлення є поверховими і нестійкими, їм не вистачає витримки і наполегливості. У середньо успішних сержантів прояви цих якостей є нижчими.

Розбіжностей за схильністю до ризику в групі «сержанти» виявлено не було в жодній з трьох порівнюваних пар. Найменшу кількість розбіжностей, як і у групі «офіцерів», виявлено між успішними і неуспішними сержантами, а найбільшу – між середньо успішними та успішними.

Висновки. Зважаючи на вищевикладене, ми робимо висновок, що дійсно існують певні особистісні якості, які зумовлюють рівень успішності працівників. Набір таких якостей відрізняється у середнього та молодшого начальницького складу, що зумовлено різницею у психологічному навантаженні під час проходження служби. Найбільші розбіжності за проявами даних якостей існують між середньо успішними та неуспішними офіцерами, середньо успішними та успішними сержантами, а найменші розбіжності – між успішними та неуспішними офіцерами та сержантами.

Набір особистісних характеристик в успішних та неуспішних співробітників також має істотні відмінності, на які необхідно звертати увагу під час відбору кандидатів на службу та під час їх психологічної підготовки, передбаченої в системі службової.

ЛІТЕРАТУРА

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О. В. Гимченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.

2. Макаренко Н. В. Теоретические основы и методики профессионально-психологического отбора военных специалистов. [НИИ проблем военной медицины Украинской военно-медицинской академии] / Н. В. Макаренко. – К., 1996. – 336 с.

3. Барко В. І. Професійний відбір кадрів до органів внутрішніх справ [психологічний аспект: Монографія] / В. І. Барко. – К.: Ніка-Центр, 2002. – 296 с.

4. Маришук В. Л. Психологические основы формирования профессионально значимых качеств : Автореф. дис. доктора психол. наук: 19.00.01. / В. Л. Маришук. – Л., 1992. – 20 с.

5. Платонов К. К. Вопросы психологии труда / К. К. Платонов – М.: Воениздат, 1970. – 264 с.

6. Небылицын В. Д. Психфизиологическое исследование индивидуальных различий / В. Д. Небылицын – М.: Наука, 1996. – 336 с.

УДК 159

Овсянникова Я. О., науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології УЦЗУ

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО АНАЛІЗУ ПОНЯТЬ ЕМОЦІЙНОЇ, ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТРЕСОСТІЙКОСТІ

У статті проведений теоретико-методологічний аналіз понять емоційної, психологічної стресостійкості.

Ключові слова: стійкість, емоційна стійкість, психологічна стійкість, стресостійкість.

Актуальність проблеми. Людина протягом свого життя неодноразово зазнає впливу психотравмуючих чинників, опосередкованих раптовим виникненням екстремальної ситуації. Проте особливості реагування на стресорні фактори є досить індивідуальними.

Слід зазначити, що навіть у найскладніших екстремальних умовах майже 25% людей зберігають самовладання, правильно оцінюють ситуацію, діють чітко і рішуче, відповідно до обставин. Поведінка в екстремальних ситуаціях зумовлена індивідуально-психологічними особливостями й особистісними якостями людей.

На сьогодні вже накопичені певні відомості, що дозволяють отримати деяке уявлення про те, що допомагає людям поводитися адекватно в найскладніших умовах. На здатність зберігати адекватну

поведінку в екстремальних умовах впливає рівень психологічної стійкості, стан психологічної готовності, орієнтація на дотримання моральних норм поведінки, співчуття, життєвий досвід та ін.

Мета. Визначити область перетинання семантичних просторів понять психологічної, емоційної та стресостійкості.

Виклад основного матеріалу. Слово «стійкий» у багатьох мовах світу означає «стабільний, стійкий, твердий, міцний». В англійській, німецькій, французькій та іспанській мовах слово «стійкість» – синонім слова «стабільність».

Найбільш уживаними в сучасній психологічній науці є поняття психологічної стійкості, емоційної стійкості та стресостійкості («стійкість до стресу», «стійкість до фрустрації» та ін.).

Можливі різні підходи до трактування *психологічної стійкості*. Вона може розглядатися як відповідність постійності й мінливості особистості.

Для психологічної стійкості особистості важливою є здатність до саморозвитку, формування власної індивідуальності.

Стійкість – це не фіксованість психічних якостей. Це сукупність адаптаційних процесів, інтегрованість особистості у плані збереження узгодженості основних функцій особистості, стабільності їх виконання. Стабільність виконання не обов'язково передбачає стабільність структури функцій, але швидше припускає її достатню гнучкість.

Психологічну стійкість особистості можна розглядати як складну якість особистості, синтез окремих якостей і здібностей. До складових психологічної стійкості деякі дослідники відносять: здатність до особистісного зростання зі своєчасним і адекватним вирішенням внутрішньоособистісних конфліктів (ціннісних, мотиваційних, рольових); відносну (не абсолютну) стабільність емоційного тону і позитивного настрою; розвинуту волюву регуляцію.

Рівень психологічної стійкості особистості проявляється в її трудовій діяльності, в надійності працівника, професіонала. З іншого боку, успішна професійна діяльність є основою повноцінного переживання самореалізації, що впливає на задоволеність життям в цілому, на настрій і психологічну стійкість.

Отже, психологічна стійкість, за визначенням В. М. Крайнова – це складна якість особистості, в якій об'єднані: *врівноваженість* (рівновага), *відповідність*; *стійкість*, *стабільність* (постійність); *опірність* (резистентність) [4].

Врівноваженість – це здатність утримувати рівень напруження, не виходячи за межі прийняттого (не доводячи до руйнівного стресу).

Під «стійкістю» розуміється здатність протистояти труднощам, зберігати віру в ситуаціях фрустрації, а під «стабільністю» – постійний рівень настрою. Опірність – це здатність зберігати свободу поведінки і вибору способу життя, це самодостатність як свобода від залежності (хімічної, інтерактивної або поведінкової).

В цьому наборі складових представлені всі рівні організації людини, рівні її буття: біологічний, психологічний і соціальний.

Регуляція напруження, врівноваженість (узгодженість) інтенсивності мотивації, утримання напрути в межах оптимуму або хоча б прийнятності – одна з найважливіших сторін біологічного буття людини.

Стійкість у подоланні труднощів, збереження віри в себе, упевненості в собі, своїх можливостях, досконалість психічної саморегуляції, постійний, достатньо високий рівень настрою – невід'ємна частина психічного життя. Здатність зберігати постійний рівень настрою без звернення до психоактивних речовин і бути чуйним, чутливим до різних аспектів життя, мати різносторонні інтереси, уникати однієї-єдиної мотиваційної домінантності – також важлива складова психологічної стійкості (на цьому, власне психологічному, рівні) [4].

Нарешті не можна не відзначити постійну міжособистісну взаємодію, включеність у безліч соціальних зв'язків, відкритість впливам. З одного боку, а з іншого, – опірність надмірно сильним впливам. У психологічну стійкість входить здатність знаходити баланс між конформністю й автономністю і утримувати цю рівновагу.

Психологічну стійкість підтримують внутрішні (особистісні) ресурси і зовнішні (міжособистісна, соціальна підтримка).

Розглянемо ресурси особистості, що підтримують психологічну стійкість.

Фактори соціального середовища: що підтримують самооцінку; що сприяють самореалізації; що підтримують адаптивні потенціали й енергетичні ресурси організму; психологічна підтримка соціального оточення (емоційна підтримка близьких, друзів, співробітників, їхня конкретна допомога у справах і т.п.).

Особистісні фактори:

Свідомість особистості: віра в різних її формах і проявах (віра в досяжність поставлених цілей, релігійна віра, віра в загальні цілі); розуміння, відчуття сенсу життя, осмисленість діяльності й поведінки; установка на те, що можеш розпоряджатися своїм життям; досить виражене усвідомлення соціальної приналежності до певної групи.

Ставлення особистості (у тому числі й до себе): оптимістичне, активне ставлення до життєвої ситуації в цілому; філософське (іноді іронічне) відношення до важких ситуацій; погодженість Я-сприйманого

гнєвливїсть, пїлоти́мнїсть. Ї́стотний вплив має вираже́ність во́льових якос́тей: напо́легливїсть, ене́ргї́йність, умі́ння керува́ти собою́.

Важли́ва складова психологі́чної стійко́сті – позитивний образ Я, в я́кому, у свою́ чергу, і́стотну роль ві́дграє позитивна гру́пова іде́нтичність особистос́ті.

Можна ви́ділити індивідуальні особливос́ті, що зумовлюють зни́ження стійко́сті: підви́щена триво́жність; гнєвливїсть, воро́жість (особливо́ приду́шені), а́гресія, спря́мована на себе́; емо́ційна збу́дливїсть, неста́більність; пессі́містичне відно́шення до життєво́ї ситуа́ції; замкнуті́сть, за́критість.

Психологі́чну стійко́ість зни́жують також утрудне́ння самореа́кції, сприйня́ття себе́ невда́хою; внутрі́шньоособисті́сні конфлі́кти; ті́лесні розлади́.

Підру́нтам психологі́чної стійко́сті, на думку Г. С. Ники́форова, є ві́ра, то́бто спо́кійна впевне́ність у сво́сму ви́борі, незважа́ючи на думку́ оточу́ючих, незале́жність від то́чки зору́ інших, впевне́ність у своїх́ сила́х.

Наступне́ поняття́, на ха́рактеристи́ці якого́ ми дета́льно зупи́на́мось, – це поняття́ *емо́ційної стійко́сті*.

Поняття́ емо́ційної стійко́сті є доси́ть популя́рним у психоло́гії. Існу́є вели́ка кількі́сть визна́чень емо́ційної стійко́сті. Наве́демо деякі́ найбільш́ розпо́всюджені визна́чення емо́ційної стійко́сті.

Так, у науковій психологі́чній лі́тературі́ дуже́ часто́ викорис́товують́ся два́ бли́зьких термі́ни – «емо́ційна стійко́ість» і «стійко́ість до емо́цій». Стійко́ість до емо́цій можна́ розгляда́ти як ста́лість емо́ційного пере́живання, то́бто ста́лість знака́ пере́житої емо́ції. Це є якісно́ю ха́рактеристи́кою емо́ційного пере́живання особистос́ті, де́терміновано́ю, з одного́ боку́, здатні́стю збері́гати певний час ста́н певного́ емо́ційного пере́живання, а з іншого́, – схильні́стю особистос́ті до пере́живання певного́ виду́ емо́цій. Так само́ зустрі́чається в лі́тературі́ і те, що термі́н «емо́ційна стійко́ість» викорис́товується́ для ха́рактеристики́ рівня́ інтенсивнос́ті та які́сних особливос́тей емо́ційного пере́живання [1]. У визна́ченні, запропо́нованому В.Е. Мі́льманом, емо́ційна стійко́ість ха́рактеризується́ як адекватні́сть «... емо́ційної оці́нки ситуа́ції і домі́рності емо́ційних реакцій».

В.Г. Нора́кідзе приді́ляє ува́гу емо́ційній нестійко́сті як часті́й зміні́ емо́цій проти́лежних зна́ків. Н.В. Коври́га так само́ відзначає́ нестійко́ість як підви́шену ура́зливість, уперті́сть, негативі́зм, замкнуті́сть, загальмо́ваність. А.І. Че́ркашин вказує́ на те, що емо́ційна стійко́ість ви́ражається́ не у ті́м, що лю́дина пере́стає пере́живати сильні́ емо́ції, а у ті́м, що ці́ емо́ції «... досяга́ють оптима́льного ступе́ня інтенсив-

і Я-бажа́ного; доста́тньо висо́ка самоо́цінка; уве́рненість, незале́жність у відно́синах з іншими́ лю́дьми, ві́дсутність воро́жос́ті, дові́ра до інших́.

Когні́тивна сфе́ра: розу́міння життєво́ї ситуа́ції й можли́вість її́ про́гнозування; раціона́льні судже́ння в інте́рпрета́ції життєво́ї ситуа́ції (ві́дсутність ірраціона́льних судже́нь); адекватна оці́нка вели́чидни́ наванта́ження і своїх́ ресу́рсів; структу́рований досвід подо́лання ва́жких ситуа́цій.

Емо́ційна сфе́ра: домі́нування сте́нчих позитивних емо́цій; пере́живання успі́шнос́ті самореа́ліза́ції; бажане емо́ційне насиче́ння від міжособисті́сної вза́ємодії, пере́живання по́чуття згуртова́нос́ті, є́днос́ті.

Поведі́нкова (і дія́льнісна) сфе́ра: поведі́нкова активні́сть; ефекти́вна во́льова регуля́ція; викорис́тання ефекти́вних спосо́бів подо́лання трудно́щів.

Кому́нікативна сфе́ра: відкрите спі́лкування, прийня́ття інших́ та́кими, які́ вони́ є (терпимі́сть); стійкі́ міжособисті́сні ро́лі, що задо́вольняють інди́віда; задово́льний статус у гру́пі й соціу́мі; ви́ражене по́чуття спільнос́ті (в аллєро́вському розу́мінні).

У цьому́ списку́ перерахо́вані позитивні́ полю́си якос́тей і факто́рів. При спри́ятливому впли́ві факто́рів (позитивних полю́сах якос́тей) домі́нуючий психі́чний ста́н – резисте́нтний, а домі́нуючий на́стрій – гармо́нний (стійкий, підви́шений, оптимі́стичний). При неспри́ятливому впли́ві домі́нуючий ста́н – ста́н дезадапта́ції, стресовий або депресивний (апа́тія, зневі́ра або висо́ке напру́ження, триво́га й т.д.) і дисгармо́нійний на́стрій (нестійкий, зни́жений, триво́жний).

Напри́клад, якщо́ фактори́ соціально́го середови́ща підтриму́ють самоо́цінку, адаптивні́ потенці́али й ене́ргетичні́ ресу́рси органі́зму, сприя́ють самореа́ліза́ції, одержанню́ психологі́чної підтримки́, то́ все це в ці́лому́ сприя́є виникненню́ гармо́нійного на́строю́ й підтримки́ ста́ну адаптова́нос́ті. Якщо́ ж фактори́ соціально́го середови́ща зни́жують самоо́цінку, адаптивні́ потенці́али й ене́ргетичні́ ресу́рси органі́зму, обме́жують самореа́ліза́цію, позбавля́ють лю́дину емо́ційної підтримки́, то́ все це сприя́є виникненню́ дисгармо́нійного на́строю́ й поя́ві ста́ну дезадапто́ванос́ті.

Ви́ще бу́ди перерахо́вані основні́ складо́ви психологі́чної стійко́сті особистос́ті. Одна́к вони́ не охо́плюють всього́ бази́су психологі́чної стійко́сті. У її́ підтримці́ так чи іна́кше беру́ть участь́ всі́ сфе́ри особистос́ті. На рівні́ темпера́менту́ особливос́ті, що зумовлює́ виникненню́ нестійко́сті, є підви́щена емо́ційність. В емо́ційній сфе́рі є ва́жливими́, крім́ вказани́х, триво́жність, схильні́сть до а́гресії,

самореалізації, досягнення життєвих цілей; збереження працездатності; збереження здоров'я.

Збереження або підвищення стресостійкості особистості пов'язане з пошуком ресурсів, що допомагають їй в подоланні негативних наслідків стресових ситуацій. Під «ресурсами» мають на увазі внутрішні й зовнішні зміни, що сприяють психологічній стійкості у стресових ситуаціях.

Стресостійкість особистості, на думку В. А. Абабкова, М. Перре, залежить від багатьох факторів, а саме: якості стресорів, особистісних властивостей, компетентності в подоланні навантажень та соціальних факторів. Стресори викликають порушення адаптації лише в поєднанні з різноманітними зовнішніми і внутрішніми факторами. Особистісні якості й соціальні фактори можуть посилювати або послаблювати стресові реакції, впливаючи на її тип, інтенсивність та тривалість.

За даними Ю. В. Щербатих, до факторів, що впливають на стресостійкість особистості, можна віднести такі: природжені особливості організму та ранній дитячий досвід, особистісні властивості, фактори соціального середовища та когнітивні фактори [8].

Згідно з психогенетичним дослідженням, реакції людей на ті або інші фактори середовища на 30-40% визначаються генами, отриманими від батьків, і на 60-70% залежать від виховання, життєвого досвіду, тренування, отриманих навичок, сформованих умовних рефлексів і т.д. Таким чином, одні люди спокійно є більш схильними до стресу, а інші – стійкими до нього.

Слід зазначити, що в кожної людини є свій індивідуальний сценарій стресової поведінки. Про це писав Ерік Берна у своїх книгах, і життя підтверджує його гіпотезу. Цей сценарій засвоюється в дитинстві, коли батьки, переживаючи стреси, конфліктують на очах у дитини, мимоволі утягуючи її у свої проблеми. При цьому дитина вибирає в себе приклади батьків, а потім неусвідомлено копіює їх у своєму дорослому житті. Засвоєний у дитинстві стресовий сценарій «запускається» майже автоматично. У цих випадках достатньо незначного погіршення звичного ритму життя і роботи, виникнення, здавалося б, дріб'язкової проблеми, як включається і починає розкручуватися маховик механізму запуску стресу. Причому наслідки від реалізації стресорної програми можуть бути набагато складнішими, ніж причини, що її спричинили [6].

До факторів соціально-виробничої природи, що впливають на стійкість індивідуума до психоемоційного стресу, відносяться: соціальні зміни; підвищена відповідальність за роботу; значне переважання

інтелектуальної праці; постійний дефіцит часу; хронічна втома; порушення режиму праці та відпочинку; падіння особистого престижу; відсутність елементів творчості в роботі; тривалі очікування у процесі роботи; часта зміна робочого стереотипу; нічні зміни і недостатність вільного часу для задоволення особистих потреб, хронічна гіпокінезія, що призводять до скорочення часу парадоксальної фази сну; нерациональне і незбалансоване харчування; паління і систематичне вживання алкоголю. Усі ці фактори підсилюють фруструючий вплив стресорних впливів.

До когнітивних факторів Ю. В. Щербатих відносить рівень сензитивності, уміння аналізувати свій стан і фактори зовнішнього середовища, минулий досвід і прогноз майбутнього [8].

Рівень сензитивності (чуливість) людини має невелике значення при біологічному стресі, але є надзвичайно важливим при стресі психічному.

Поряд з особистісними ознаками важливу роль відіграють характеристики соціального оточення, які є модераторами стресу.

Чим більше родичів і знайомих у людини, тим вищою є її стійкість до стресу. Це пов'язано не тільки з тим, що друзі реально захищають таку людину від стресорів, але і з тим, що близькі люди ніби беруть частину удару на себе. Людина, оточена доброзичливими людьми, відчуває їхню підтримку і легше сприймає загрозливі фактори середовища. На противагу цьому, люди, що живуть самотньо або мають постійні проблеми в родині, сильніше піддаються стресові і частіше хворіють. Саме соціальна підтримка (задоволення потреби в близькості, захисті, інформації, розрядці, підтримці, заспокоєнні) впливає на характер поведінки людини після дії стресогенних факторів.

Висновки. Таким чином, психологічна стійкість – це складна якість особистості, в якій об'єднані: рівноваженість (рівновага), відповідність, стійкість, стабільність (постійність); опірність (резистентність).

Емоційна стійкість – це властивість, що характеризує індивіда у процесі напруженої діяльності, окремі емоційні механізми якої, гармонічно взаємодіючи між собою, сприяють успішному досягненню поставленої мети.

Стресостійкість характеризує стан фізичного, емоційного і порічного виснаження, викликаного тривалою включеністю в емоційно-напружені і значущі ситуації.

Збереження або підвищення стресостійкості особистості пов'язане з пошуком ресурсів, що допомагають їй в подоланні негативних наслідків стресових ситуацій. Під «ресурсами» мають на увазі

мою психопрофілактики у воїнізованих ВНЗ може стати групова тренінгова форма навчання, яка сприяє особистісному росту курсанта й максимальному використанню свого потенціалу в житті й професійній діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аммон Г. Психосоматическая терапия / [микроформа] / Гюнтер Аммон. – М.: РГБ, 2008. – 236 с.
2. Алексеева Е.Е. Психология здоровья: учебное пособие / [Е.Е. Алексеева и др.]; под ред. Г.С. Никифорова. – Санкт-Петербург: Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2008. – 607 с.
3. Корольчук М.С. Социально-психологичне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах / М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк. – К.: Ника-Центр, 2006. – 580 с.
4. Крайнюк В.М. Порівняльний аналіз індивідуально-психологічних властивостей стресостійкості рятувальників у пострадянський період / В.М. Крайнюк // Наука освіти: Наук.-практ. журн. Півден. наук. центру АПН України. Спецвипуск: Психологія особистості, досвід минулого - погляд у майбутнє. – 2004. – С.142-146.
5. Крайнюк В.М. Практикум з психології: Курс лекцій / Крайнюк В.М. – К.: КіМУ, 2002. – 157 с.
6. Леонова А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса / А.Б. Леонова // Вестник Московского ун-та. – 2000. – № 3. – С.4-21.
7. Проблема загальної та педагогічної психології: Зб. наук. праць Ін-ту психології ім.Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. – К., 2004. – Т.6, вип.7. – С.155-162.
8. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В. Щербатых. – С Пб.: Питер, 2006. – 256 с.

УДК 159.91

Перелигіна Л. А., д.б.н., професор, начальник кафедри загальної психології УЦЗУ
Вандер К. О., д.мед.н., доцент кафедри організації забезпечення цивільного захисту в надзвичайних ситуаціях УЦЗУ

РОЛЬ ПСИХОПРОФІЛАКТИКИ В ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ РИЗИКОПАСНИХ ПРОФЕСІЙ ДО ДІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

У статті показана роль, специфіка, розкрито зміст основних завдань психопрофілактики станів психічної дезадаптації при підготовці фахівців до дій в екстремальних умовах. Доведено, що основною формою

Ключові слова: психопрофілактика, екстремальні умови, психологічний тренінг.

Актуальність проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. В останні роки різко збільшилося число надзвичайних ситуацій різного характеру, що, у свою чергу, збільшило навантаження й стресогенність діяльності працівників МНС. Пожежні-рятувальники, як і працівники інших підрозділів МНС, працюють в екстремальних умовах, які становлять погрозу для їхнього життя й здоров'я. Комплекс фізичних, хімічних і біологічних факторів навколишнього середовища в сполученні із сильними психогенними подразниками (загроза здоров'ю й життю, вид загиблих, обгорілих і травмованих людей), дефіцит інформації й часу на обмірковування, необхідність ухвалення адекватного рішення, висока відповідальність за виконання завдання, наявність несподіваних, раптово виникаючих перешкод і т.п. викликають у пожежних сильний емоційний стрес, нервово-психічні розлади, що є причиною захворювань, травматизму й загибелі. У середньому тільки за один рік при пожежах гине 35-45 працівників МНС, причому в це число не входять померлі через 7 днів після травми або загиблі від серцевих приступів через стрес. Все це свідчить про необхідність вживання термінових заходів по посиленню заходів безпеки професійної діяльності працівників ризикопасних професій. Комплекс таких заходів обов'язково повинен включати й психопрофілактику на початковому етапі професіоналізації таких працівників.

У період соціально-політичної й економічної нестабільності в країні в питаннях оптимізації професійної діяльності основна увага повинна приділятися якості підготовки кадрів. Відповідно зростають вимоги до професійного рівня кожного фахівця, діяльність якого проходить в екстремальних умовах, а розширення заходів щодо профілактики, корекції й реабілітації здоров'я таких фахівців стає не тільки необхідним, але й економічно доцільним [3].

Наведені вище факти доводять необхідність розробки сучасних підходів до психопрофілактики станів психічної дезадаптації й підвищення стресостійкості курсантів системи МНС у надзвичайно напружених умовах учбово-службової діяльності, що й стало метою нашої роботи.