

УДК 159.9:159.94

*Льїна Ю.Ю., к. біол. наук, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах, НУЦЗУ, e-mail: Lina@nuczu.edu.ua,
Бондаренко А.В., магістр, НУЦЗУ, nuczu@mns.gov.ua.*

ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ВИКОНАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ОБОВ'ЯЗКІВ У ЗОНІ АТО

У статті розкриваються поняття психоемоційного стану, стресостійкості та невротичного стану у працівників ДСНС України, які брали участь в АТО та важливість дослідження цих аспектів психіки. Представлено аналіз проведеного дослідження рівня стресостійкості, посттравматичного стресового розладу, невротичних розладів та нервово-психічної стійкості. З метою підвищення рівня нервово-психічної стійкості працівників ДСНС України була створена та проведена спеціальна програма соціально-психологічного тренінгу.

Ключові слова: нервово-психічна стійкість, посттравматичний стресовий розлад, стресостійкість, невротичний стан, соціально-психологічний тренінг.

В статті розкриваються поняття психоемоціонального стану, стрессоустойчивости и невротического состояния у сотрудников ГСЧС Украины, которые принимали участие в АТО и важность исследования этих аспектов психики. Представлен анализ проведенного исследования уровня стрессоустойчивости, посттравматического стрессового расстройства, невротических расстройств и нервно-психической устойчивости. С целью повышения уровня нервно-психической устойчивости сотрудников ГСЧС Украины была создана и проведена специальная программа социально-психологического тренинга.

Ключевые слова: нервно-психическая устойчивость, посттравматическое стрессовое расстройство, стрессоустойчивость, невротическое состояние, социально-психологический тренинг.

Постановка проблеми. Кількість професій, пов'язаних з екстремальними умовами праці, повсюдно зростає, відповідно з цим збільшується чисельність осіб, які постійно відчувають вплив екстремального характеру на виробництві. До таких професій відносять космонавтів, льотчиків-випробувачів, військових, рятувальників, працівників правоохоронних органів, шахтарів і т.д. Збільшується число захворювань, пов'язаних з несприятливими наслідками подібних умов праці

Однією з екстремальних видів діяльності є професія пожежного-рятувальника. В останній час, через політичну ситуацію, що склалася в країні, зазнали змін і обов'язки особового складу ДСНС України. Екстремальні умови діяльності, з якими стикаються пожежні-рятувальники, з психологічної точки зору, характеризуються сильними психотравмуючими факторами. Вимоги до рівня професійної придатності пожежних-

рятувальників досить високі, зокрема, і до їх психологічних якостей, тому що ефективність роботи в екстремальних умовах в значній мірі залежить від психологічної стійкості до стресових ситуацій.

Дослідження психоемоційного стану, психологічна підтримка та психокорекційні заходи є вкрай необхідними у даній напруженій ситуації. Саме тому, в нашій роботі ми приділили особливу увагу такому поняттю, як нервово-психічна стійкість, її важливості в професійній діяльності особового складу ДСНС України та психологічній допомозі. Співробітники ДСНС України, що беруть участь в АТО, мають бути психологічно підготовлені до ситуації, з якою вони стикнуться під час виконання професійних обов'язків та отримувати належну допомогу після повернення з місця несення служби.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У світовій і вітчизняній психології інтерес до психічних станів як наукової категорії виник в 40-50-х роках минулого століття. Дослідженнями Л.Г. Дикої, Є.П. Ільїним, Н.Д. Левітова, А.Н. Леонової, Ю.Є. Сосновікова, та ін. був встановлений ряд найважливіших закономірностей і механізмів, що стосуються феноменології, структури, функцій, динаміки психічних станів. Проблеми, з якими стикаються дослідники при вивченні психічних станів обумовлені перш за все багатою різноманітністю останніх, їх багатомірністю, багатофункціональністю, дискретністю, безперервністю, складністю вимірювання. Багаторівневість психічних станів виявляється в різних підходах до їх діагностики. З урахуванням того, що психічні стани являють собою складну системну реакцію людини на вплив, до них застосовуються різні групи методів оцінки: фізіологічні, поведінкові, суб'єктивні, проте за результатами оцінки лише однієї групи методів складно робити однозначні висновки про наявність того чи іншого стану. Тому з метою отримання інформації про стан як цілісної системної реакції на вплив психодіагностами визнається доцільним використання не однієї, а комплексу методик, оцінка яких дається на основі аналізу всієї сукупності.

Проблеми стресу, стресостійкості, підготовки до діяльності в екстремальних умовах досліджували багато вітчизняних та зарубіжних вчених: В.А. Бодров, П.В. Зільберман, Є.П. Ільїн, Р. Лазарус, В.І. Лебедев, В.Л. Маришук, В.Д. Небиліцин, В.А. Пономаренко, П.В. Симонов, Я. Рейковский, Г. Сельє, та ін.

Однак, в даний час, незважаючи на достатню кількість робіт з даної проблеми, немає ясності в розумінні суті стресостійкості, ролі психіки в її забезпеченні, особливостей прояву в різних ситуаціях.

У загальнопсихологічному плані проблема стресостійкості представлена в рамках теорій особистості (Г. Олпорт, Р. Кетел, к. Роджерс і ін.), «Теорії мотивації досягнення» (Д. МакКеланд і ін.), теорії гомеостазу (У. Кеннон) і стресу (Г.Сельє), теорії адаптаційно-трофічного зна-

чення симпатичної нервової системи (Л.А. Орбелі), теорії темпераменту і властивостей нервової системи (І.П. Павлов, В.Д. Небиліцин, В.С. Мерлін та ін.) теорії надійності діяльності (Б.Ф. Ломов та ін.), концепції професійної самосвідомості (Л.М. Мітіна). Це дозволило перейти до вивчення даного явища в різних видах діяльності.

Актуальність теми дослідження визначається зростанням числа учасників локальних військових конфліктів, необхідністю вивчення психосоціальних наслідків впливу на їх психіку екстремальних факторів бойового стресу і факторів стресу повсякденної професійної діяльності, а також потребою розробки методик психологічної реабілітації даного контингенту.

Однак, як показав аналіз літератури та останніх досліджень у даній сфері, частина аспектів є досі нерозробленою та недостатньо дослідженою. Дана проблема визначає необхідність розробки тренінгової програми, спрямованої на підвищення рівня стресостійкості, покращення психоемоційного стану та повернення до нормального образу життя особового складу ДСНС України.

Метою даної статті є аналіз різних підходів до визначення таких понять, як «психоемоційний стан», «стресостійкість», «посттравматичний стресовий розлад», виявлення даних станів у досліджуваних групах та розробка, на основі отриманих даних, тренінгової програми спрямованої на підвищення рівня стресостійкості, покращення психоемоційного стану та повернення до нормального образу життя особового складу ДСНС України. Об'єктом дослідження є психоемоційний стан працівників ДСНС України, які брали участь в АТО, предметом – соціально-психологічний тренінг як метод покращення психоемоційного стану та повернення до нормального образу життя особового складу.

Виклад основного матеріалу. Робота пожежного-рятувальника – це одна з найнебезпечніших професій, що завжди пов'язана з ризиком для здоров'я та життя. В останній час вона є ускладненою за рахунок актуальної ситуації, що склалася у нашій країні. Обставини вимагають від особового складу пожежних частин, що залучені до участі у зоні АТО більших психологічних ресурсів. Не всі співробітники є готовими до таких різких змін. Багатьом з них потрібна психологічна підтримка та допомога.

Нервово-психічна напруга (НПН) – особливий психічний стан, що виникає у важких, незвичних для психіки умовах, що вимагають перебудови всієї адаптаційної системи організму.

Психологія станів (ПС) до теперішнього часу є маловивченою проблемою. У даній області найбільш відомі дослідження таких авторів, як, А. В. Брушлінській, Л.П. Гримак, Л.Я. Дорфман, Н.Д. Левітов, Ю.Е. Сосновікова, А.Н. Леонова, Л.Г. Дика, Є.П. Ільїн, А.В. Махнач, А.О. Прохоров, И.И.Чеснокова, А.І. Юр'єв і В.А. Ганзен ін., в яких були

встановлені найважливіші характеристики, закономірності та механізми, що стосуються феноменології, структури, функцій і динаміки психічних станів [1].

Стан виступає як форма саморегуляції психіки і як один з найважливіших механізмів інтеграції людини як цілісності - як єдності його духовної, психічної і тілесної організації.

За визначенням Н.Д. Левітова, психічний стан – це цілісна характеристика психічної діяльності за певний період часу, що показує своєрідність протікання психічних процесів в залежності від розкритих предметів і явищ дійсності, попереднього стану і психічних властивостей особистості [3].

Багато дослідників до найважливіших властивостей станів відносять мінливість і безперервність. Різноманітні емпіричні дані свідчать, що будь-який актуальний стан бере свій початок в попередньому стані, що дозволяє говорити про властивості «безперервності» станів. У зв'язку з цим особливої уваги заслуговує аналіз специфіки мінливості станів, переходу одного стану в інший. До теперішнього часу вченим не вдалося виявити таку рису динаміки станів, як дискретність (виражене якість стану), що не дозволяє з повною впевненістю визначати той чи інший вид стану конкретної людини. «Чистих» станів практично не існує, зазначає Л.В. Каширіна [6].

Значимість роботи обумовлена узагальненням сучасних досягнень у галузі вивчення соціально-психологічних чинників нервово-психічного здоров'я, а також сучасних методів корекції станів нервово-психічної дезадаптації співробітників ДСНС України. Крім того, дана робота відкриває актуальні напрямки наукового пошуку, пов'язаного з подальшим вивченням факторів здоров'я особового і ефективних методів його збереження і зміцнення. Результати дослідження можуть бути використані при розробці та практичній реалізації психологічної підготовки та психологічної корекції (включаючи самокорекцію), спрямованих на підвищення стійкості до деструктивного впливу стрес-факторів, що виникають у процесі професійної діяльності працівників пожежної служби, а відповідно більш високому рівню стресостійкості особистості. В рамках вирішення прикладних завдань дослідження була реалізована програма соціально-психологічного тренінгу для співробітників підрозділів ДСНС України, в своєму змісті заснована на отриманих в дослідженні даних.

У 2016 р. нам було проведено психодіагностичне дослідження психоемоційного стану працівників ДСНС України на базі СДПЧ-11 Фрунзенського району району та СДПЧ-17 Шевченківського району ДСНС України м. Харкові у кількості 60 осіб. Працівники СДПЧ-11 є безпосередніми учасниками АТО і надалі будуть називатися 1 група, а особовий склад СДПЧ-17 не був залучений до участі у зоні АТО і надалі буде називатися 2 група.

Для дослідження психоемоційного стану були використані наступні психодіагностичні методики: методика «Прогноз-2» - для визначення нервово-психічної стійкості, ризику дезадаптації в стресі (розробка Санкт-Петербурзької військово-медичної академії), Клінічний опитувальник для виявлення та оцінки невротичних станів (К.К. Яхін, Д.М. Менделевич), Опитувальник МЛО-АМ «Адаптивність» (А.Г. Маклаков, С.В. Чермянін) [2; 4; 5; 7].

Для оцінки достовірності отриманих результатів та для з'ясування розбіжностей між групами використовувався параметричний t-критерій Стюдента для незалежних вибірок та непараметричний критерій кутового перетворення ϕ – Фішера. Бралась до уваги значущість відмінностей на рівні $p < 0,05$ та вище.

За методикою «Опитувальник МЛО-АМ «Адаптивність»» (А.Г. Маклаков, С.В. Чермянін) було отримано наступні показники щодо адаптивних здібностей, нервово-психічної стійкості та моральної нормативності, які відображено в таблиці 1.

Таблиця 1

Показники адаптивних здібностей, нервово-психічної стійкості та моральної нормативності у досліджуваних (бали)

Шкали	Кількісна оцінка показників по групах		t
	1 група M ± σ	2 група M ± σ	
Достовірність (Д)	5,5±1,3	5,1±2,1	136,4
Нервово-психічна стійкість (НПУ)	3,8±0,1	5,37±2,5	124,8
Особистісний адаптивний потенціал (ЛАП)	2,1±1,5	5,25±1,3	113,5
Комунікативні особливості (КС)	5,7±1,03	6,5±2,4	144,7
Моральна нормативність (МН)	2,4±1,4	6,8±2,7	115,6

З наведеної таблиці ми бачимо, що результати проведеної методики є достовірними на рівні значущості ($p \leq 0,05$). На статистично достовірному рівні виявлено наступні вірогідні відмінності у групах ($p \leq 0,05$) по шкалам: нервово-психічна стійкість, особистісний адаптаційний потенціал та моральна нормативність. Відмінності за шкалою нервово-психічної стійкості свідчать про те, що респонденти 1 групи є менш нервово-емоційно стійкими у порівнянні з респондентами 2 групи. Вони мають низький рівень поведінкової регуляції, певну схильність до нервово-психічних зривів, відсутність адекватності самооцінки і реального сприйняття дійсності. Відмінності за шкалою особистісного адаптаційного потенціалу також є нижчими у 1 групі. Особи цієї групи мають низьку нервово-психічну стійкість, конфліктні, можуть допускати асоціальні вчинки. З шкалою моральної нормативності респонденти 1 групи також мають нижчі показники. Це свідчить про те, що такі особи не можуть

адекватно оцінити своє місце і роль в колективі, не прагнуть дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки. Майже невідмінними є показники по шкалі комунікативних особливостей. В обох групах вони на середньому рівні, що говорить про респонденти мають середній рівень розвитку комунікативних здібностей, достатньо легко встановлюють контакти з товаришами по службі, оточуючими. Підсумовуючи отримані результати, можемо сказати, що представники 1 групи є більш емоційно нестійкими, схильними до нервових зривів, мають нижчу самооцінку та є більш конфліктними у порівнянні з представниками 2 групи.

Для визначення нервово-психічної стійкості, ризику дезадаптації в стресі, було використано методику «Прогноз-2» (розробка Санкт-Петербурзької військово-медичної академії). В ході дослідження були отримані наступні показники, що відображені в таблиці 2.

Таблиця 2

Показники нервово-психічної стійкості у досліджуваних групах (%)

Рівень нервово-психічної стійкості	Кількісна оцінка нервово-психічної стійкості по групах				φ_1	p
	1 група		2 група			
	%	кіль-ть осіб	%	кіль-ть осіб		
Високий	10	3	27	8	0,1	0,01
Середній	33	11	63	19	1,08	0,05
Низький	57	16	10	3	3,24	0,05

З наведеної таблиці видно, що в першій групі високий рівень нервово-психічної стійкості визначається у 10% осіб, тобто 3 чоловіки від загальної кількості в групі, середній рівень нервово-психічної стійкості визначається у 33% осіб, що складає 11 чоловік від загальної кількості осіб в групі, низький рівень нервово-психічної стійкості визначається у 57% осіб – це 16 досліджуваних від загальної кількості респондентів в групі. У другій групі високий рівень прояву нервово-психічної стійкості визначається у 27% осіб, тобто 8 досліджуваних від загальної кількості в групі, середній рівень нервово-психічної стійкості визначається у 63% осіб – це 19 досліджуваних від загальної кількості осіб в групі, низький рівень нервово-психічної стійкості визначається у 10% осіб, що складає 3 досліджуваних від загальної кількості респондентів в групі.

З наведеної таблиці видно, що в 1 групі переважає низький рівень нервово-психічної стійкості, майже однакові показники в обох групах по середньому рівню нервово-психічної стійкості, але у 2 групі цей показник є превалюючим.

Наступним етапом дослідження стало дослідження наявності у респондентів невротичних станів за допомогою методики «Клінічний опитувальник для виявлення та оцінки невротичних станів» (К.К. Яхін, Д.М. Менделевич). Результати, що були виявлені, представлено у таблиці 3.

Таблиця 3

Показники оцінки невротичних станів (бали)

Шкали	Кількісна оцінка невротичних станів по групах		t
	1 група $M \pm \sigma$	2 група $M \pm \sigma$	
Шкала тривоги	-1,33	1,4	2,66
Шкала невротичної депресії	1,14	1,16	0,94
Шкала астенії	1,52	1,27	1,2
Шкала істеричного типу реагування	-1,24	1,35	1,45
Шкала obsесивно-фобічних розладів	0,67	1,48	0,56
Шкала вегетативних розладів	-0,84	1,36	0,68

З наведеної таблиці можемо побачити, що значущо відмінними є показники за шкалою тривоги, істеричного типу реагування та вегетативних розладів, та лише за першою показники вказують на хворобливий характер виявленого розладу. Всі інші показники в обох групах припадають на нормальний рівень реагування та емоційного стану. Такі показники можуть свідчити про те, що представники 1 групи все ж таки більш схильні до неадекватної реакції на актуальну ситуацію, є більш емоційно нестабільними та підпадають під групу ризику.

Виходячи з аналізу отриманих результатів, можна стверджувати, що у 1 групі було виявлено значно вищі показники наявності невротичних станів, низької психоемоційної стійкості, тривожності. З метою підвищення рівня стресостійкості, нормалізації психоемоційного стану та зменшення нервово-емоційної напруги була створена спеціальна програма соціально-психологічного тренінгу «Адаптація». Для проведення тренінгу та перевірки його ефективності було відібрано 19 респондентів з низьким рівнем психоемоційної стійкості (за результатами трьох методик).

Основними завданнями програми є: 1) Формування теоретичних уявлень про психоемоційний стан та стресостійкість як важливі складові особистості; 2) Підвищення рівня стресостійкості та зменшення рівня психоемоційної напруги учасників тренінгу; 3) Навчання учасників тренінгу різним способам релаксації, зняття зайвого емоційного напруження; 4) Розвиток здатності до рефлексії; 5) Розвиток здатності до самоаналізу, самопізнання; 6) Розвиток комунікативних навичок у процесі міжособистісного спілкування; 7) Навчання різним способам виходу з конфліктних ситуацій; 8) Навчання методам самостійного зменшення рівня психоемоційного напруження.

Обрана форма групової роботи сприяє ефективній реалізації основної мети та завдань нашого дослідження, оскільки дозволяє забезпечити оптимальні умови для підвищення рівня стресостійкості та зменшення психоемоційного напруження у працівників ДСНС України.

З метою реалізації поставленої мети та завдань програми використовувались наступні методи: групова дискусія, міні-лекція, ігрові методи

(ситуаційно-рольові, рольові ігри та ін.), психогімнастика, вправи (вправи-релаксації, вправи-привітання, вправи для виявлення очікувань учасників, для сприяння міжособистісному спілкуванню, для згуртування групи, для активізації учасників, аналіз проблемних ситуацій тощо).

Програма складається із 10 тренінгових занять, розрахованих на 4-ох годинну групову роботу. Апробація розробленої нами програми проводилась у 2016 році на базі СДПЧ-11 Фрунзенського району району та СДПЧ-17 Шевченківського району ДСНС України м. Харкова.

Для перевірки ефективності застосування програми проводився порівняльний аналіз отриманих даних діагностичного дослідження рівня толерантності за допомогою методики «Прогноз» (розробка Санкт-Петербурзької військово-медичної академії). У ході дослідження були отримані наступні показники, що відображені в таблиці 4.

З метою виявлення статистичної достовірності позитивних зсувів у розвитку досліджуваної якості в обох досліджуваних групах застосовувався критерій знаків G. На другому етапі дослідження (після проходження тренінгу) спостерігається значуще підвищення рівня толерантності, оскільки загальна кількість нульових зсувів – 6, негативних – 1 і позитивних – 12; позитивний зсув є типовим. За допомогою критерію знаків G було встановлено достовірну різницю між показниками групи на рівні значущості $p \leq 0.01$. Тобто в досліджуваній групі зсув у сторону підвищення рівня нервово-психічної стійкості працівників ДСНС України після формуючих впливів є не випадковим, а є результатом ефективного впливу тренінгової програми.

Таблиця 4

Показники рівня нервово-психічної стійкості до і після проведення тренінгу (%)

Досліджуванa група	Етапи дослідження	Рівень нервово-психічної стійкості					
		Низький		Середній		Високий	
		%	кіль-сть осіб	%	кіль-сть осіб	%	кіль-сть осіб
	I етап	68,8	13	28	5	5,2	1
	II етап	5,2	1	78	15	16,8	3

Висновки і перспективи подальшого дослідження. У даному дослідженні представлено теоретичне узагальнення та емпіричне вирішення проблеми адаптації особового складу ДСНС України, представники якого брали участь в АТО, підвищення їх рівня психоемоційного стану та стресостійкості, зменшення рівня емоційної напруги, а також обґрунтування, розробка та впровадження програми тренінгу для адаптації в нормальних умовах життєдіяльності та подальшому виконанні службових обов'язків.

Отже, ми визначили, що нервово-психічна стійкість та емоційний стан працівників ДСНС України є важливими складовими особистості та обов'язковий компонент психічного здоров'я людини. Психологічна підтримка є найважливішим фактором в адаптації особового складу після повернення із зони АТО. Проведення тренінгових та психокорекційних занять, дослідження психоемоційних станів та розробка методів та методик для забезпечення нормального психоемоційного стану є вкрай необхідними в даній актуальній ситуації.

Переважає більшість показників компонентної структури нервово-психічної стійкості та психоемоційного стану у досліджуваних груп має значущі відмінності за рівнями прояву та інтенсивністю. Відмінності встановлені на рівні значущості $p \leq 0.05$.

Розроблена на базі проведеного дослідження програма соціально-психологічного тренінгу є дієвим засобом підвищення рівня стресостійкості, нормалізації психоемоційного стану та зменшення нервово-емоційної напруги у працівників ДСНС України, які були залучені до участі в АТО. Його ефективність підтверджується позитивною динамікою показників рівня толерантності, що підтверджується статистично на рівні значущості $p \leq 0.01$, тобто зсув у сторону підвищення рівня психоемоційної стійкості та зменшення нервово-емоційного напруження особового складу після формуючих впливів є не випадковим, а результатом ефективного впливу тренінгової програми. Проведене дослідження не вичерпує усієї глибини поставленої проблеми. Перспективи подальшої науково-дослідної роботи вбачаємо у впровадженні запропонованої тренінгової програми та у подальшому її практичному застосуванні.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – С. 126–150.
2. Котенев И. О. Опросник травматического стресса для диагностики психологических последствий несения службы сотрудниками ОВД в экстремальных условиях / И. О. Котенев. – М., 1996. – С. 45–49.
3. Левитов Н. Д. О психических состояниях человека / Н. Д. Левитов. – М. : Просвещение, 1965. – С. 56–70.
4. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛЮ-АМ) : практическая психодиагностика. Методики и тесты : [учебное пособие / ред. и сост. Райгородский Д. Я.]. – Самара : Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2006. – С. 549–672.
5. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / под ред. Г. С. Никифорова, М. А. Дмитриевой, В. М. Снеткова. – СПб. : Речь, 2001. – С. 127–129, 138–141.
6. Рыбников В. Ю. Экспресс-методика «Прогноз-2» для оценки нервно-психической неустойчивости кандидатов на учебу в ВУЗ /

В. Ю. Рыбников // Тез. докл. на I всеарм. совещании. – М. : Воениздат, 1990. – С. 132–135.

ТРАНСЛІТЕРАЦІЙНИЙ ПЕРЕКЛАД СПИСКУ ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Il'in E. P. Psihologija individual'nyh razlichij / E. P. Il'in. – SPb. : Piter, 2003. – S. 126–150.
2. Kotenev I. O. Oprosnik travmaticheskogo stressa dlja diagnostiki psihologicheskikh posledstvij nesenija sluzhby sotrudnikami OVD v jekstremal'nyh uslovijah / I. O. Kotenev. – M., 1996. – S. 45–49.
3. Levitov N. D. O psihicheskikh sostojanijah cheloveka / N. D. Levitov. – M. : Prosveshhenie, 1965. – S. 56–70.
4. Mnogourovnevuj lichnostnyj oprosnik «Adaptivnost'» (MLO-AM) : prakticheskaja psihodiagnostika. Metodiki i testy : [uchebnoe posobie / red. i sost. Rajgorodskij D. Ja.]. – Samara : Izdatel'skij Dom «BAHRAH-M», 2006. – S. 549–672.
5. Praktikum po psihologii menedzhmenta i professional'noj dejatel'nosti / pod red. G. S. Nikiforova, M. A. Dmitrievoj, V. M. Snetkova. – SPb. : Rech', 2001. – S. 127–129, 138–141.
6. Rybnikov V. Ju. Jekspress-metodika «Prognoz-2» dlja ocenki nervno-psihicheskoi neustojchivosti kandidatov na uchebu v VUZ / V. Ju. Rybnikov // Tез. dokl. na I vsearm. soveshhanii. – M. : Voenizdat, 1990. – S. 132–135.

УДК 159.9:159.94

Ільїна Ю.Ю., к. біол. наук, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах Національного університету цивільного захисту України, e-mail: Pina@nuczu.edu.ua,

Кудрявцева Н.О., магістр кафедри психології діяльності в особливих умовах Національного університету цивільного захисту України, e-mail: natalya1040@yandex.ua

ОСОБЛИВОСТІ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК З ПСИХОЛОГІЧНОЮ БЕЗПЕКОЮ ОСОБИСТОСТІ

Проведено теоретичний аналіз психологічної літератури з проблеми часової перспективи особистості, досліджено окремі наукові підходи до її розуміння. Визначено зовнішні та внутрішні чинники, під впливом яких змінюються характеристики часової перспективи особистості, акцентовано увагу на таких параметрах часової перспективи як «осмисленість цілей» та «інтерес до життя».

Розглянуто проблему вивчення поняття «психологічна безпека особистості», проаналізовано його особливості. Зазначено актуальність вивчення зв'язку часової перспективи з психологічною безпекою особистості з огляду на соціально-політичні події, досліджено питання взаємодії параметрів часової перспективи та психологіч-