УДК 159.9 (043.2)

#### Удод А.В.

*Національний авіаційний університет, Київ*

#### РІВЕНЬ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ЗВ’ЯЗКУ

**З ОСОБЛИВОСТЯМИ УЯВИ ПОЖЕЖНИКІВ**

Професія пожежника – це фах для сильних і відважних людей, які не лише через професійний обов’язок, але і за покликом серця завжди готові прийти на допомогу, ризикуючи власним життям. У сучасному світі в багатьох країнах професія пожежника вважається однією з найбільш престижних та високооплачуваних і, судячи з соціологічних опитувань, навіть немало жінок готові набути цього фаху.

Але попри всі зовнішні обставини та характеристики даної професії, не варто упускати того, що вона має багато психологічних аспектів, які відіграють не менш важливу роль в професійній діяльності та при психологічному відборі працівників ДСНС України.

Потрібно розуміти, що для такої професії людина повинна бути не лише добре фізично підготовлена, але і психологічно, під чим ми розуміємо наявність психологічно важливих якостей, що є основою ефективної роботи працівника та регуляції його власного психофізіологічного стану.

Однією з найважливіших характеристик в даному випадку є стресостійкість, яка навіть за наявності низького її рівня здійснює вплив на функціональний стан людини та дозволяє професіоналу в меншому ступені зазнавати стресу та страху, хоча їх наявність передбачається екстремальними умовами роботи.

«Стресостійкість – системна динамічна характеристика, що визначає здатність людини певною мірою, залежно від рівня вираженості даної характеристики, протистояти стресовому впливу або справлятися з багатьма стресогенними ситуаціями, активно перетворюючи їх або пристосовуючись до них без шкоди для свого здоров’я і якості виконуваної діяльності. Тобто чим вище рівень стійкості до стресу, тим більш якісно людина має змогу боротися з різними негативними подразниками і навпаки» [1].

Розуміємо, що людина не може повністю абстрагуватися від усіх зовнішніх подразників і навіть після тривалого періоду роботи в певній сфері вона буде відчувати дискомфорт під час проходження або виконання певних завдань, тим більше під час виконання завдань в екстремальних умовах. Особливо це може проявлятися у ті короткочасні моменти, коли пожежник, наприклад, входить у палаючий будинок або в дуже швидкому темпі збирається на виклик, відчуваючи при цьому тривогу, боїться не встигнути здійснити весь необхідний алгоритм дій задля врятування місця, охопленого вогнем, коли його огортає страх за власне життя та його безпеку тощо. І цих моментів ми не можемо виключати з діяльності пожежників, бо вони є професіоналами, але, водночас, вони є і людьми зі своїми особливостями.

В такі екстремальні моменти мислення пожежника працює на вироблення різного роду асоціацій та уявлень, які навіть можуть бути неконтрольовані ним, але вони виникають у зв’язку зі стресовою ситуацією, що розгортається саме тут і зараз. Тому актуальним та важливим є дослідження на теоретичному та емпіричному рівнях особливостей уяви, які можуть впливати на стресостійкість пожежника, якає професійно важливою та необхідною в роботі та житті в цілому якістю.

Власне, уяву розглядають як **«**психічний процес створення людиною нових образів на основі її попереднього досвіду. Тобто відображаючи об’єктивну дійсність, людина не лише сприймає те, що на неї діє в певний момент, або згадує те, що на неї діяло раніше, але і створює образи та об’єкти, яких вона ще ніколи не сприймала, може уявляти події, свідком яких вона не була, передбачувати наслідки своїх вчинків, програмувати свою діяльність тощо» [3].

На нашу думку, уява може з одного боку допомогти, а з іншого і нашкодити, посилити страх, погіршити проблему. Так, наприклад, якщо пожежник входить в палаючий будинок і в його уяві виникають певні образи, які пов’язані з його минулим негативним професійним досвідом (неврятовані життя людей чи тварин; великі територіальні збитки, пов’язані з невчасним виїздом на операцію і відповідно несвоєчасним гасінням пожежі), а також ці уявлення можуть бути пов’язані з особистісним страхом вогню пожежника чи певним невдалим досвідом поводження з вогнем в дитинстві, то в таких випадках ці уявлення або образи безпосередньо впливають на діяльність пожежника, виконання ним всіх обов’язків та алгоритмів у роботі, дотримання правил тощо. А це, в свою чергу, відповідно впливає на вироблення стійкості до постійних подразнюючих ситуацій, які надають організму працівника багато стресу, тобто фактично це призводить до набуття стресостійкості як особистісної характеристики.

Отже, деякі уявлення пожежника можуть впливати на частково або повністю змінюючи діяльність людини або спрямовуючи її у позитивний чи негативний бік. Припускаємо, відповідно до цього змінюється ефективність діяльності людини і це може впливати безпосередньо на професійну діяльність пожежників, на їхню поведінку в стресових ситуаціях і дозволяти їм зосереджувати всі свої сили та думки на виконанні важливого завдання – на порятунку людей та місць, охоплених полум’ям, незважаючи на/або намагаючись приховати власні уявлення та переживання (страх, шок, паніка, ступор), які виникають під час рятувальної операції. Вважаємо, що дана проблема заслуговує детального вивчення емпіричним дослідженням.

#### Список літератури

1. Корольчук В. М. Психологія стресостійкості особистості: / Корольчук В. М.; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН Укр. – К. 2009. – 511 стр.
2. Либина А. А. Стиль реагирования на стресс: психологическая защита или совладение со сложными обстоятельствами / А. А. Либина, А. В. Либин // Стиль человека: психологический анализ. – М.: Смысл, 1998. – С. 190 – 204.
3. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2005. – 583 с.

*Науковий керівник: Лич О.М., канд. психол. наук, доцент*