
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ МЧС РОССИИ К УСЛОВИЯМ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

ВЫРАЖЕННОСТЬ КОМПОНЕНТОВ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У КУРСАНТОВ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОГО УНИВЕРСИТЕТА ГПС МЧС РОССИИ

**Е.А. Горская, кандидат психологических наук;
И.В. Чернова.
Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России**

Статья посвящена исследованиям такого феномена, как «жизнестойкость» у курсантов СПб университета ГПС МЧС России. Понятие «жизнестойкость» рассматривается в контексте профессионально важных качеств личности сотрудников ГПС МЧС России как особой социально-профессиональной группы повышенного риска.

Ключевые слова: жизнестойкость, вовлеченность, контроль, принятие риска, профессионально важные качества

EXPRESSIVENESS OF COMPONENTS HARDINESS AT CADETS OF SAINT-PETERSBURG UNIVERSITY GPS OF THE MINISTRY OF EMERGENCY MEASURES OF RUSSIA

**E.A. Gorskaja; I.V. Chernova.
Saint-Petersburg university of State fire service of EMERCOM of Russia**

Given article is devoted researches of such phenomenon, as «hardiness» at cadets the Ministry of Emergency Measures of Russia. The concept «hardiness» is considered in a context of professionally important qualities of the person of employees the Ministry of Emergency Measures of Russia as special socially-professional group of the raised risk.

Key words: hardiness, commitment, control, challenge, professionally important qualities of the person

По мнению В.А. Бодрова, профессионально важные качества – это «вся совокупность психологических качеств личности, а также целый ряд физических, антропометрических, физиологических характеристик человека, которые определяют успешность обучения и реальной деятельности» [1].

Изучая взаимосвязь успешности профессиональной деятельности и личностных особенностей сотрудника ГПС МЧС России как представителя особой социально-профессиональной группы повышенного риска, необходимо исследовать и такой важный аспект личностного потенциала, как жизнестойкость.

Возможности воспользоваться имеющимися внутренними психологическими ресурсами определяют, насколько личность способна совладать с трудностями, с которыми она сталкивается каждый день, и с теми, которые носят экстремальный характер.

В зарубежной и отечественной психологии различные аспекты личностного потенциала обозначали такими понятиями как воля, внутренняя опора, локус контроля, ориентация на действие, воля к смыслу и др.

Сальватор Мадди ввел понятие «жизнестойкость» – *hardiness*. Первой характеристикой установки «*hardy*», согласно С. Мадди, является «включенность» (*commitment*) – важная характеристика в отношении себя и окружающего мира и характера взаимодействия между ними, которая дает силы и мотивирует человека к реализации, лидерству, здоровому образу мыслей и поведению. Она дает возможность чувствовать себя значимым и достаточно ценным, чтобы полностью включаться в решение жизненных задач, несмотря на наличие стрессогенных факторов и изменений.

«*Hardy*» – установка, условно названная «контролем» (*control*), мотивирует к поиску путей влияния на результаты стрессогенных изменений в противовес состоянию беспомощности и пассивности. Это понятие во многом сходно с понятием «локус контроль» Роттера.

В противоположность чувству «*hardy*» – установка, обозначенная как «вызов» (*challenge*), «принятие риска» помогает человеку оставаться открытым окружающей среде и обществу. Она состоит в восприятии личностью события жизни как вызова и испытания лично себе. Суммируя, можно сказать, что «*hardiness*» – это особый паттерн установок и навыков, позволяющих превратить изменения в возможности [2].

Анализ исследований зарубежных психологов показал, что жизнестойкость помимо здоровья и осмысленности жизни также положительно связана с толерантностью, низкой тревожностью, самоэффективностью и социальным интересом. Поэтому благодаря жизнестойкости люди оценивают жизненные проблемы как менее угрожающие и реагируют на них более позитивными эмоциями. Присущий же жизнестойкому человеку высокий социальный интерес (чувство общности, солидарности) способствует его максимальной включенности в социальные отношения с окружающими и в жизненные события [3].

С. Мадди рассматривает открытый им феномен гораздо шире, включая его в контекст социальной экологии, считая, что это качество является основой жизнестойкости не только индивидуальной, но и организационной. Психологическая сторона предполагает, что жизнестойкость меняет характер отношений между людьми. Они становятся более открытыми, способными испытывать любовь, устанавливать здоровые отношения с другими, увеличивается интерес к миру в целом и окружающим людям в частности. Кроме того, люди понимают, как они могут получить поддержку от других. Это расширяет их понимание бытия. Эти два компонента формируют систему, которая оберегает людей от непомерной тревоги и утраты здоровья.

Прикладной аспект жизнестойкости обусловлен той ролью, которую эта личностная переменная играет в успешном противостоянии личности стрессовым ситуациям, прежде всего в профессиональной деятельности. По данным исследований, жизнестойкость оказывается ключевой личностной переменной, опосредующей влияние стрессогенных факторов (в том числе хронических) на физическое (биологическое), духовное (психическое) и социальное здоровье, а также на успешность деятельности [4].

Нами было проведено в апреле 2010 года исследование на выборке 40 курсантов УГПС МЧС России 4 курса. Психодиагностический инструмент подобран в соответствии с целью исследования – «Тест жизнестойкости», адаптированный к русскоязычной выборке Д.А. Леонтьевым и Е.И. Рассказовой.

Тест жизнестойкости представляет собой информативный инструмент измерения жизнестойкости – комплексной личностной характеристики, отвечающей за способность личности противостоять давлению стрессовых обстоятельств и предотвращать развитие симптомов физической или психологической дезадаптации. Жизнестойкость представляет

собой систему установок; будучи личностно устойчивой характеристикой, она, тем не менее, может целенаправленно развиваться с закреплением достигнутых позитивных изменений.

Результаты исследования жизнестойкости представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1. Уровень компонентов жизнестойкости у курсантов, %

Уровень/шкала	Низкий	Средний	Высокий
Вовлеченность	17,5	47,5	35
Контроль	-	50	50
Принятие риска	-	55	45

Таблица 2. Средние значения показателей компонентов жизнестойкости

Показатель	M±σ
Вовлеченность	42,78±6,23
Контроль	36,48±7,08
Принятие риска	18,65±4,04

Анализ результатов диагностики жизнестойкости курсантов 4 курса позволяет сделать вывод, что в целом по методике и по отдельным ее шкалам преобладает средний уровень значений. Достаточным ресурсом жизнестойкости обладают 100 % курсантов 4 курса, получившие высокий и средний уровень. Высокие результаты в группах испытуемых объясняются активной жизненной позицией, готовностью к риску будущих сотрудников ГПС МЧС, избравших для себя данную профессию.

Довольно высокие значения (45 % – высокий уровень) получены по шкале «Принятие риска». Можно предположить, что большинство испытуемых способны осознавать возникающие трудности и связанную с ними степень риска, а также пойти на риск (лишившись при этом определенной степени комфорта и безопасности), если того требует жизненная ситуация и жизненные цели. Принятие риска – это убежденность человека в том, что все, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, – неважно, позитивного или негативного.

«Контроль» представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому – ощущение собственной беспомощности. По шкале «Контроль» получены средние и высокие значения (50 %), что свидетельствует о достаточной степени развитости внутреннего локуса контроля у большинства испытуемых. Курсанты, показавшие высокие баллы по данной шкале достаточно хорошо умеют контролировать свою жизнь и брать ответственность за события, происходящие в собственной жизни на себя, а не «взваливать» ее на других людей и стечение обстоятельств. У этих курсантов есть ощущение, что они сами выбирают собственную деятельность, «строят» свой жизненный путь.

Компонент «Вовлеченность» определяется как убежденность в том, что вовлечение в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное в жизни. Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убежденности порождает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне жизни».

В нашем исследовании именно по шкале «Вовлеченность» испытуемыми получены

наиболее низкие значения, что, несомненно, вызывает определенную обеспокоенность. У респондентов с низким уровнем по данной шкале (17,5 %) отсутствует ощущение удовлетворенности, полноты жизни, и, скорее всего, имеются проблемы с реализацией себя как специалиста в будущей профессиональной деятельности. В целом всем испытуемым, получившим низкие значения по тесту «Жизнестойкость» рекомендовано обратиться в психологическую службу вуза, чтобы получить квалифицированную помощь психолога.

Литература

1. Бодров В.А. Психологические основы профессиональной деятельности: хрестоматия, 2007. Изд-во: ЛОГОС ПРЕСС.
2. Александрова Л.А. К концепции жизнестойкости в психологии [Электронный ресурс] URL:<http://institut.smysl.ru/article/alekseeva.php> (дата обращения: 17.05.2010).
3. Дежкина Ю.А. Развитие профессионально важных качеств сотрудников государственной противопожарной службы МЧС России в процессе профессионализации: дис. ...канд. псих. наук. Санкт-Петербург, 2008. 142 с.
4. Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. М.: Смысл, 2006. 63 с.