

ОСОБЕННОСТИ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У РАБОТНИКОВ ПОЖАРНОЙ СЛУЖБЫ

Чертоусов Сергей Викторович

студент Волгоградского государственного медицинского университета, РФ, г. Волгоград

Профессия пожарного – тяжелый труд, который сопряжен с опасными условиями, чрезвычайными нагрузками и риском для жизни. Поэтому не удивительно, что увеличивается количество лиц, постоянно испытывающих воздействие предельного характера при исполнении своих обязанностей. Ситуация с пожарами в России является довольно сложной, т.к. не уменьшается их количество на объектах жилого назначения (по причинам неосторожного обращения с огнем, нарушения правил устройства и эксплуатации электрооборудования) [1, 2]. Экстремальные условия деятельности, с которыми сталкивается личный состав пожарных подразделений, с психологической точки зрения, являются сильными стрессогенными факторами, которые нарушают деятельность здорового организма. Требования к уровню профессиональной пригодности пожарных довольно высокие, в частности, и к их психологическим качествам, потому что эффективность их работы в экстремальных условиях в значительной степени зависит от психологической устойчивости к стрессовым ситуациям [3].

Стрессоустойчивость является сложным и емким качеством личности. В нем объединены совокупность определенных способностей, широкий круг разнообразных явлений. А устойчивое поведение в условиях стресса является одним из важных обстоятельств обеспечения безопасности, эффективности и успеха в деятельности как индивидуальной, так и коллективной. Способы формирования стрессоустойчивости:

- психологическая компетентность, т.е. осознание своих личностных, психофизиологических качеств; знания симптомов, характеристик и картины стрессового состояния; осознание его последствий;
- жизненный опыт, в том числе поведение в тех или иных ситуациях, способ реагирования, сложившиеся отношения;
- личностные особенности, в том числе направленность, мотивация, уровень личностной саморегуляции, готовность к активным действиям, владение психорегулятивными технологиями поведения; умение строить межличностные отношения [4, с.869].

Общей целью проведенного эмпирического исследования явилось выявление особенностей стрессоустойчивости у сотрудников пожарной службы. Базой проведения исследования явилась пожарно-спасательная часть №3 центрального района города Волгограда. Общий объем выборки составил 35 мужчин в возрасте от 25 до 55 лет.

Для исследования внутриличностных компонентов стрессоустойчивости были использованы психодиагностические методики: методика «Прогноз», шкала «Экстраверсии» из личностного опросника Айзенка (EPI), шкала тревожности Тейлора (MAS), в адаптации Норакидзе В.Г., методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге. Анализ полученных результатов проводился с помощью статистической компьютерной программы SPSS.

Рассмотрим результаты исследования. Данные по методике «Прогноз» распределены следующим образом:

— большая часть респондентов – 42% демонстрируют высокую НПУ,

— еще 37% обладают удовлетворительной НПУ.

— однако 7% испытуемых относятся к людям с невысокой НПУ

Отсюда можно предположить, что у 42% испытуемых защищены от риска дизадаптации в экстренных ситуациях.

Более подробный анализ показал, что, доминируют ответы на вопросы, свидетельствующие о переживании стресса в следующих ситуациях:

— 64 % когда необходимо быстро принять решение и в условиях повышенной спешки;

— 42 % считают себя нервными, легко возбудимыми людьми

— 36 % испытуемых признавались, что раз в неделю или чаще они бывают очень возбуждены и взволнованы. Такие ответы свидетельствуют о том, что эти испытуемые неуравновешенны, эмоционально неустойчивы, раздражительны;

— 25 % адаптации к новым условиям жизни, работы.

Причиной этого могут быть условия профессиональной деятельности, сопровождающиеся ситуациями риска, подчинения, в результате этого пожарные не могут осознать и выразить свои переживания, а также осознать причины их возникновения. Высокие показатели уровня нервно-психической устойчивости также могут свидетельствовать о неосознаваемости или скрытности негативных переживаний.

Работники пожарной службы скорее должны обладать такими типами темперамента как холерик и сангвиник, т.к. они характеризуются сильной нервной системой, которая так необходима для работы в экстремальных условиях. При этом можно увидеть, что данные, полученные с помощью личностного опросника Айзенка распределены таким образом:

— 40 % относятся к холерикам.

— 28 % относятся к сангвиникам.

— 20% от числа испытуемых – меланхолики.

— 11 % испытуемых являются флегматиков.

Результаты исследования, полученные по методике «Шкала тревожности Тейлора» показали следующее:

— 65%, т.е. больше половины испытуемых имеют средний уровень (тенденция к низкому) личностной тревожности. Большое количество сотрудников со средними показателями тревожности, способны справляться как с работой в экстремальных условиях, так и за её пределами.

— 25% работников, которые обладают низким уровнем тревожности. Можно предполагать у этих сотрудников высокую эмоциональную устойчивость и стрессоустойчивость

— 8% испытуемых показавших средний (тенденция к высокому) уровень тревожности, чаще реагируют состоянием тревоги, особенно в ситуациях, сопряженных с риском, которые характерны для их профессиональной деятельности. В отдельных ситуациях их тревожность может выполнять мотивирующую функцию.

Результаты исследования, полученные по методике Холмса и Раге показали следующие результаты:

— для 54% испытуемых характерна большая сопротивляемость стрессу. Для таких специалистов характерна минимальная степень стрессовой нагрузки. Их личностная и

профессиональная деятельность является тем эффективнее, чем выше уровень стрессоустойчивости.

— 37% сотрудников имеют высокую степень сопротивляемость стрессу. Энергия и ресурсы таких обследуемых не тратятся на борьбу с негативными психологическими состояниями, возникающими в ситуации стресса. Поэтому любая деятельность, не зависимо от ее направленности и характера, становится эффективной, что очень важно для сотрудников пожарной службы.

— оставшиеся 8% обладают пороговой степенью сопротивляемости стрессу. Их стрессоустойчивость снижается с увеличением стрессовых ситуаций в жизни. Это приводит к тому, что личность вынуждена большую часть своей энергии и ресурсов тратить на борьбу с негативными психологическими состояниями, возникающими в процессе стресса.

Статистический анализ данных показал следующее:

- уровень корреляции методик «Прогноз» и «Шкала тревожности Тейлора» составил -0,827 (обратная сильная корреляционная связь) на уровне значимости 0,01;
- уровень корреляции «Шкалы экстраверсии» из личностного опросника Айзенка и методики «Прогноз» составил 0,64 (средняя корреляционная связь) на уровне значимости 0,01;
- уровень корреляции «Шкалы экстраверсии» из личностного опросника Айзенка и «Шкалы тревожности Тейлора» составил -0,711 (обратная сильная корреляционная связь) на уровне значимости 0,01;
- уровень корреляции методик «Степень сопротивляемости стрессу Холмс/Раге» и «Шкала тревожности Тейлора» составил 0,77 (средняя корреляционная связь) на уровне значимости 0,01;
- уровень корреляции методик «Шкала экстраверсии» из личностного опросника Айзенка и «Степень сопротивляемости стрессу Холмс/Раге» составил -0,59 (средняя корреляционная связь) на уровне значимости 0,01;
- уровень корреляции методик «Шкала тревожности Тейлора» и «Степень сопротивляемости стрессу Холмс/Раге» составил 0,77 (высокая корреляционная связь) на уровне значимости 0,01.

Таким образом статистический анализ данных позволят выстроить профиль среднестатистического работника пожарной службы: холерик или сангвиник, имеющий высокую нервно-психическую устойчивость и средне выраженную тревогу.

Список литературы:

1. Анализ обстановки с пожарами и их последствиями за 2017 год // Главное управление МЧС России по г. Москве. Управление надзорной деятельности и профилактической работы. – Москва. – 2018.
2. Власенко, Н.Ю., Бодурова, Д.Ф., Макарова, И.И. Психофизиологические предикторы личностного адаптационного потенциала у пожарных на начальном этапе профессионализации / Н. Ю. Власенко, Д.Ф. Бодурова, И.И. Макарова // Экология человека. – 2015. – №3. – С. 52-57.
3. Гамзатова, Х.К., Рабаданова, А.И., Гайдарова Ш.М. Влияние профессиональной деятельности на стрессоустойчивость организма человека / Х.К. Гамзатова, А.И. Рабаданова, Ш.М. Гайдарова // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2016. – №6. – С. 247-251.

4. Сурай, Т.В. Стрессоустойчивость: понятие и формирование // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 11. – С. 866-870.