

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: [akademnova.ru](http://akademnova.ru)

e-mail: [akademnova@mail.ru](mailto:akademnova@mail.ru)

*Клюкова А.А. Исследование особенностей развития стрессоустойчивости у сотрудников службы спасения в экстремальных ситуациях // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2016. – № 06 (июнь). – АРТ 47-эл. – 0,1 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>*

### **РУБРИКА: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

**А.А. Клюкова**

студентка 4 курса факультета психологии

*Научный руководитель:* Панферова Е.В., к. психол. н.

Тульский государственный педагогический университет им.

Л.Н.Толстого г. Тула, Российская Федерация

#### **Исследование особенностей развития стрессоустойчивости у сотрудников службы спасения в экстремальных ситуациях**

Стрессоустойчивость является актуальной проблемой в психологии, так как, несмотря на огромную значимость этого свойства для человека, мы недостаточно знаем, как оно возникает, формируется, развивается. Не до конца изучена его природа, особенности, виды, формы проявления. Под стрессоустойчивостью понимается эмоционально-волевое свойство личности, которое обозначает характерный для каждого отдельно взятого человека опыт, который определяет устойчивость психических проявлений в организме человека на внешние факторы, без угрозы его здоровью и отрицательного влияния на профессиональную деятельность. [1]. Особенности и свойства личности как составляющие стрессоустойчивости, являются сложным объектом для психологического исследования.

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: [akademnova.ru](http://akademnova.ru)

e-mail: [akademnova@mail.ru](mailto:akademnova@mail.ru)

Теоретический анализ литературы показал, что главной причиной стресса даже у профессиональных сотрудников службы спасения являются непредсказуемые условия работы, предполагающие повышенные требования к уровню профессиональной подготовки. В экстремальных ситуациях не всегда проявляются требуемые к профессии качества, так как в организме срабатывают оборонительные рефлексy, способствующие низкой продуктивности и неадекватному поведению. [3].

Основой практического исследования стало изучение стрессоустойчивости у сотрудников городской службы спасения и особенностей ее проявления в экстремальных ситуациях.

Исследование особенностей стрессоустойчивости у сотрудников поисково-спасательной службы в экстремальных ситуациях проводилось на базе МУ «Центр гражданской защиты и спасательных работ города Тулы». В исследовании приняли участие 30 сотрудников поисково-спасательной службы спасения г. Тулы (мужчины), средний возраст которых составляет 35 лет и 6 месяцев.

Проведен теоретический анализ психологической литературы по проблеме определения понятия стрессоустойчивости человека в отечественных и зарубежных исследованиях. Раскрыты профессиональные требования к личности сотрудников службы спасения и описаны особенности проявления стрессоустойчивости в деятельности спасателей. [4]. В экспериментальном исследовании для определения особенностей стрессоустойчивости у спасателей, были использованы следующие методики: «Опросник доминирующего психологического состояния» (Л. В. Куликов); «Тест жизнестойкости С. Мадди» (Д. А. Леонтьев, Е. А. Рассказова); «Тест изучения уровня субъективного контроля» (Е. Ф. Бажин, Л. М. Эткинд, Е. А. Голынкина); Методика нервно-психической

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: [akademnova.ru](http://akademnova.ru)

e-mail: [akademnova@mail.ru](mailto:akademnova@mail.ru)

устойчивости «Прогноз» (В. Ю.Рыбников); «Тест на профессиональный стресс» (Т. Д. Азарных, И. М. Тыртышникова).

На основе результатов, полученных в ходе проведения диагностической программы на констатирующем этапе эксперимента, где были выявлены испытуемые со средним уровнем нервно-психической устойчивости, который является переходным и требует особого внимания к состоянию сотрудника в ситуациях, носящих чрезвычайный характер, была разработана и реализована программа развития стрессоустойчивости у сотрудников городской службы спасения в экстремальных ситуациях. Данная программа направлена на: информирование спасателей об основных понятиях и влиянием стресса на состояние человека; обучение методам быстрого восстановления организма, посредством волевых усилий, самовнушения; обучение навыкам и приемам регуляции эмоциональных состояний и концентрации внимания; развитие навыков анализа ситуаций и принятия решений. Программа, основывается на требованиях, предъявляемых к психологической подготовленности спасателей к действиям по ликвидации различных видов чрезвычайных ситуаций, и представляет собой цикл, состоящий из 12 занятий. [2].

В ходе контрольного этапа эксперимента, был проведен сравнительный анализ результатов констатирующего и контрольного этапов, который позволил сделать выводы о положительной динамике - повышение уровня стрессоустойчивости. Следовательно, можно говорить об эффективности развивающей программы для сотрудников службы спасения.

Таким образом, поставленная цель достигнута, задачи решены, гипотеза исследования доказана.

**Всероссийское СМИ**

**«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»**

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

**Сайт:** [akademnova.ru](http://akademnova.ru)

**e-mail:** [akademnova@mail.ru](mailto:akademnova@mail.ru)

**Список использованной литературы:**

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕР СЭ, 2006. 528 с.
2. Комаров К.Э. Психологическая подготовка к действиям в условиях повышенного риска: Учебно-методическое пособие для специалистов, занимающихся подготовкой подразделений МО, ФСБ, МВД, МЧС. М., 2002. 189 с.
3. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Под общей ред. Ю.С. Шойгу. М.: Смысл, 2007. 319 с.
4. Самоукина Н.В. Экстремальная психология. М.: ЭКСМО, 2000. 288 с.

*Дата поступления в редакцию: 15.06.2016 г.*

*Опубликовано: 17.06.2016 г.*

*© Академия педагогических идей «Новация», электронный журнал, 2016*

*© Клюкова А.А., 2016*