

ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАДРОВ ДЛЯ РАБОТЫ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ К РАБОТЕ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

О.Е. Антипенко

Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»

Экстремальными называют ситуации, которые ставят перед человеком в профессиональной деятельности большие трудности, требуют от него большого, даже предельного напряжения сил и возможностей. Однако экстремальность бывает и профессиональной (угроза банкротства, разорения, крупные потери, неудачи, отсутствие средств для оплаты задолженности, выход из строя техники и отсутствие запчастей и др.), и бытовой (острые конфликты, национальный экстремизм, угрозы преступников, перегрузки и отсутствие сил, противоречия между требованиями ситуации и личной подготовленностью к ней и т.п.). Действия в экстремальной ситуации часто имеют решающее значение для успеха. Они – пик профессионализма и подготовленности человека к реалиям жизни. В последние десятилетия происходит рост экстремальности в жизни и деятельности практически всех граждан, что повышает значение их экстремальной подготовленности.

Для экстремальных ситуаций характерны трудности, вызванные разными факторами, относящимися к трем группам: обстановочным, деятельностным и личностным.

К обстановочным факторам относятся объективные особенности событий:

- 1) факт возникновения события, относимого обычно к экстремальным (катастрофа, авария, землетрясение, пожар, крах, смерть и пр.);
- 2) наблюдаемых потерь, лишений, разрушений, страданий, срыва работы, неудачи, поражения и пр. (непосредственные впечатления);
- 3) объективной угрозы выполнению плана, достижению цели, здоровью, жизни людей или самого сотрудника;
- 4) новизны, необычности, внезапности, стремительности возникновения и протекания значимого события (помех, конфликтов, противодействия, вымогательства, шантажа, нападения и др.);
- 5) неопределенности, общей тревожности, пораженческих настроений, хождения слухов.

Деятельностные факторы присущи самой деятельности, которую реализует человек;

- 1) понимания большой значимости предстоящих или выполняемых человеком действий;
- 2) предвидения больших трудностей в достижении необходимого результата и возможности неудачи';
- 3) понимания большой цены ошибки, если она будет допущена;
- 4) осознания личной ответственности за успех;
- 5) дефицита времени для подготовки, принятия решения и достижения необходимого результата;
- 6) ожидания,
- 7) понимания недостаточной обеспеченности предстоящих или осуществляемых действий, нужной для успеха;
- 8) коллективизма, солидарности, выражающиеся в понимании не подводить других, не выглядеть в их глазах неполноценным профессионалом, неполноценной личностью;
- 9) неудач, сделанных промахов, ошибок;
- 10) больших и длительных нагрузок.

Личностные факторы связаны с психологическими и педагогическими особенностями личности:

- 1) отсутствие интереса. Работа с интересом умножает силы, без него – заставляет постоянно пересиливать себя;
- 2) отсутствие личного опыта действий в экстремальных вообще или подобных ситуациях;
- 3) неуверенность в себе;
- 4) неуверенность в правильности решения, сделанном выборе (борьба мотивов);
- 5) неуверенность в коллегах, руководителе;
- 6) неуверенность в технике, средствах защиты, оружии;
- 7) непонимание обстановки и того, что надо делать;
- 8) психологическая неготовность, неполной собранности;
- 9) низкая психологическая надежность, проявляющаяся в обостренных реакциях на трудности (чрезмерная тревожность, переживания, плохое самообладание);
- 10) низкая работоспособность и выносливость.

По степени экстремальности, трудностей, напряжений все ситуации делятся на:

- 1) нормальные, характерные обычными трудностями;
- 2) параэкстремальные – трудности около предельных;
- 3) собственно экстремальные – испытываемые трудности требуют полной мобилизации возможностей человека;
- 4) гиперэкстремальные – трудности чрезмерны, превосходят возможности человека, обязывают действовать «через не могу».

Профессиональная деятельность, да и нередко жизнь, характерны чередой ситуаций, в которой встречаются все эти типы. Любая нор-

мальная ситуация может перерасти в остро экстремальную даже из-за неосторожно сказанного слова, полученной новой информации, нервного состояния собеседника.

Экстремальность – объективно-субъективное явление. Одна и та же ситуация для разных людей может быть нормальной, параэкстремальной, экстремальной или гиперэкстремальной. В решающей степени это зависит от особенностей личности, подготовленности и психического состояния. Так, прыжок с парашютом для человека, впервые совершающего его, бесспорно экстремален, а для мастера парашютного спорта – обыденное, нормальное событие. Собранный, настороженный и отмобилизовавший свои силы человек готов к встрече с любыми опасностями и неожиданностями.

С целью изучения индивидуальных психологических особенностей и уровня развития профессионально-важных качеств специалистов, нами было проведено исследование на факультет социальной педагогики и психологии. В исследовании приняло участие 20 студентов, обучающихся по специальности “Психология” (13 юношей и 7 девушек) в возрасте 19-20 лет.

Цель эмпирического исследования – изучить психофизиологические особенности и оценить уровень развития профессионально-важных качеств будущих специалистов психологов.

Задачи эмпирического исследования:

провести эмпирическое исследование;

провести интерпретацию результатов исследования.

В ходе исследования были использованы следующие методики:

1) опросник САН;

2) тест тревожности Спилберга-Ханина;

3) методика изучения собственной реакции на стрессовые события (автор Гринберг);

4) торонтская алекситимическая шкала TAS-26 (автор G. Taylor).

По методике «САН» были получены положительные показатели у большей части обследуемых специалистов, что говорит об их хорошей работоспособности и положительном эмоциональном состоянии. У остальных специалистов выявлены низкие показатели по параметрам «самочувствие» и «активность», по сравнению с показателями по параметру «настроение». Что говорит о снижении работоспособности и наличии утомления.

По методике Спилберга – Ханина мы выявили низкий уровень развития реактивной тревожности и умеренный уровень развития личностной тревожности почти у всех обследуемых.

По методике определения собственной реакции на стрессовые ситуации у всех специалистов была выявлена хорошая устойчивость к

стрессовым ситуациям. У большей части минимальные шансы заболеть из-за стресса.

По методике «TAS» практически у всех испытуемых выявлен низкий уровень развития эмоциональной компетентности. Большинству специалистов сложно понимать и вербализовать эмоции, которые испытывают они сами или другие люди.

На основании полученных результатов, нами были разработаны положения, которые могут быть использованы как рекомендации специалистам, занимающихся подготовкой специалистов психологов

ОБУЧЕНИЕ СТУДЕНТОВ ЭФФЕКТИВНОМУ ПЛАНИРОВАНИЮ ВРЕМЕНИ С ПОМОЩЬЮ ТРЕНИНГ-ТЕХНОЛОГИЙ

*Ж.Л. Данилова
Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»*

На современном этапе развития общества время становится все более дефицитным ресурсом, и далеко не каждый человек свободно им располагает. За последнее время значительно возросла неформальная продолжительность рабочего дня преподавателя вуза и общее количество времени вовлечения студентов в образовательный процесс. Это неминуемо привело к увеличению нагрузок для обеих сторон образовательного взаимодействия. Кроме того, значительно вырос объем информации, которой постоянно приходится оперировать для результативной учебной деятельности даже среднего студента.

Находясь под давлением массы обязанностей и дел, оказываясь в условиях нехватки времени, многие студенты, особенно младших курсов, начинают испытывать беспокойство, которое приводит к тому, что на физиологическом уровне организм начинает ощущать перегрузки, и, как следствие – заболевают.

Совершенно очевидно, что в современных напряженных условиях обучения эффективной организации времени, не только полезно, но и необходимо, так как от умения правильно распределить свои временные ресурсы зависят как личный успех, так и психическое и физическое здоровье молодого человека.[3].

Филип Зимбардо, известный исследователь из Стэнфордского университета, полагает, что всех людей в зависимости от отношения ко времени можно условно разделить на четыре группы, или зоны;

1. «Маньяна» (*исп.— завтра*). Люди, относящиеся к этой группе, предпочитают откладывать принятие решения настолько, насколько это возможно. Их жизнь лишена напряжения, они живут в своем соб-