

Сравнивая результаты опроса матерей разных возрастных групп, мы пришли к следующим выводам:

– для матерей I (20–24 года) и II (25–29 лет) групп доминирующей стала умеренная депрессия;

– у матерей III группы (30–35 лет) констатируется отсутствие депрессивных симптомов.

Заключение. Исходя из полученных нами результатов, можно сделать следующие выводы. Определенные изменения эмоционального фона и мироощущения происходят у каждой родившей женщины, и это не является признаком психологического неблагополучия, а свидетельствует о процессе естественного восстановления после беременности и родов. Для предупреждения возникновения тревожных состояний и депрессивного синдрома в период адаптации женщины к новым условиям после рождения ребенка необходимо проводить профилактические, психокоррекционные мероприятия для беременных и родивших женщин: занятия с психологом, методы релаксации и сброса напряжения, физические упражнения. Все эти и другие профилактические мероприятия обеспечат не только психологическую устойчивость к стрессам, но и будут способствовать сохранению и укреплению здоровья женщины.

Каждая мама проходит этот путь самостоятельно, по-своему и внутренне. Но если изначально знать, с чем можно столкнуться, сформировать более адекватные ожидания, то адаптация пройдет гораздо легче и быстрее.

Список использованной литературы:

1. Баженова, О.В. Готовность к материнству: выделение факторов, условий психологического риска для будущего развития ребенка / О.В. Баженова, Л.Л. Баз, О.А. Копыл // Синапс. – 2003. – № 4. – С. 27.

2. Баз, Л.Л. Послеродовая депрессия. Эмпирические исследования психологических феноменов / Л.Л. Баз // Хрестоматия по перинатальной психологии. Психология беременности, родов и послеродового периода / сост. А.Н. Васина. – М.: Изд-во УРАО, 2005. – С. 235–245.

3. Филиппова, Г.Г. Психология материнства / Г.Г. Филиппова. – М., 2002. – 258 с.

Шабловская С.В. (Научный руководитель – Богомаз С.Л.,
канд. психол. наук, доцент)

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ГОТОВНОСТЬ К ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛИЧНОСТИ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ОПТИМИЗМА

Введение. На сегодняшний день в Беларуси наблюдается тенденция увеличения малого бизнеса, что включает в себя всё больше людей, которые занимаются предпринимательской деятельностью. Как правило, в основе данной деятельности находится человек, со своими способностями и умением профессионально выстраивать ту сферу деятельности – двигаясь к своей цели. Наряду с профессиональными качествами, важную роль играют личностные характеристики такие как – коммуникабельность, умение справляться с трудностями и находить пути решения проблемы, а так же оптимистический настрой. В последнее время можно наблюдать дефицит оптимистического настроения в обществе в целом. Становится

актуальной проблема исследования оптимизма личности, в особенности в сфере предпринимательства. Ведь, деятельность отечественного предпринимателя протекает в сложных, противоречивых, быстро меняющихся условиях. Высокий темп жизни и работы, необходимость принятия важных решений в условиях дефицита информации, неопределённость средовых факторов, непредсказуемость и изменчивость рыночных реалий, наличие кризисных ситуаций различной природы – эти и многие другие факторы предъявляют высокие требования к личностным и профессиональным характеристикам делового человека. Для того чтобы достичь успеха в своём бизнесе он должен не только обладать широким спектром знаний в различных областях, но также иметь психологическую готовность и позитивную ориентацию на успешное ведение своего дела.

Цель исследования – выявить и проанализировать готовность личности с разным уровнем оптимизма к предпринимательской деятельности.

Материал и методы. Исследование осуществлялось на базе ТЦ «Эвиком»; «Беларусь», СТО «ProfCar» г. Витебска. В нём приняло участие 34 респондента, где (17-мужчин;17-женщин), занимающиеся предпринимательской деятельностью в возрасте от 30 до 49 лет. Использовалась методика «Оптимист-пессимист» (М.Н. Обозов). При выполнении работы и обработки полученных данных нами был использован качественный и количественный анализ обработки данных.

Человек в своей деятельности сталкивается с различными препятствиями на пути к успеху, а также кризисными ситуациями. Поэтому среди личностных характеристик делового человека должны преобладать умение справляться с различного рода стрессогенными факторами, и реализовывать оптимальное поведение, которое является предпосылками успешности ведения и формирования бизнеса [1]. В современной психологической науке индивидуальный способ взаимодействия человека с кризисной ситуацией обозначается понятием «совладающее поведение» или «копинг-поведение». Позитивной стороной совладающего поведения, мы рассмотрим оптимизм как один из копинг-ресурсов личности, определяющих успешную или неуспешную адаптацию в предпринимательской сфере. Зачастую наряду с оптимизмом, выделяют равно противоположное понятие – пессимизм. Вышеупомянутые характеристики определяются как личностные диспозиции, отражающие позитивные или негативные ожидания относительно конкретных событий в сфере предпринимательской деятельности или будущего в целом [2]. Зарубежные исследователи Scheier и Carver выделяют понятие «диспозиционный оптимизм», определяя его как личностный фактор, отражающий глобальные установки относительно будущих возможностей и смысла действий в предстоящих важных событиях, кризисных ситуациях и принятых решений [3]. Соответственно, другой важный термин в области исследования по данной проблеме – «совладающее поведение», под которым понимается целенаправленное поведение личности, устраняющее или уменьшающее вредное воздействие стресса способами, адекватными личностным и ситуационным особенностям в сфере предпринимательской деятельности.

Ожидания разной степени обобщения, безусловно, играют свою роль в регуляции поведения, однако в некоторых ситуациях особенно большое значение приобретают наиболее общие ожидания [2]. Люди совершают усилия, направленные на преодоление трудностей для достижения поставленных целей, лишь до тех пор, пока их ожидания будущих успехов достаточно благоприятны. Когда же у людей возникают серьезные сомнения в достижении успешного результата, они склонны оставлять попытки достичь своих целей. Предполагается, что эти раз-

личные ожидания также сопровождаются различными эмоциональными переживаниями. Ощущение приближения к желаемым целям связано с преобладанием позитивного аффекта, и, напротив, при возникновении существенных проблем на пути к достижению целей возникает негативный аффект [3,2]. В свою очередь, оптимисты, как люди, видящие в будущем в основном положительные моменты, более склонны к активным действиям, чем пессимисты [2].

Результаты и их обсуждение. Подводя итоги нашего исследования посредством методики «Оптимист-пессимист» М.Н. Обозова, отметим, что у респондентов занимающихся предпринимательской деятельностью отмечается показатель 48% – оптимист, чем пессимист, а у 22% респондентов скорее пессимист, чем оптимист, у 19% опрошенных показатель – пессимист, и 11% – неизменные оптимисты. Теперь представим данные у предпринимателей в процентном соотношении в диаде «оптимист-пессимист» (рис. 1)

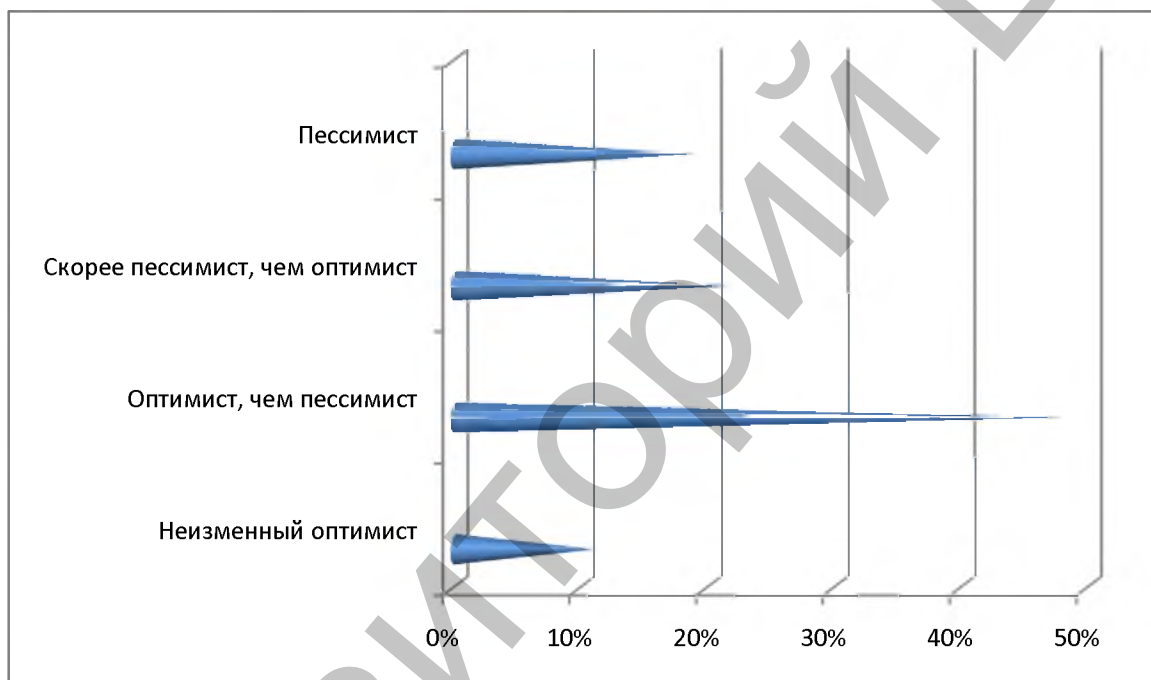


Рисунок 1 – Данные у предпринимателей в диаде «оптимист-пессимист»

Можно отметить, что эффективность предпринимательской деятельности напрямую зависит от психологической настроенности и взглядов на жизнь людей. В ходе беседы с ними мы узнали, что многие предприниматели не первый год работают, выстраивая своё дело, и неоднократно сталкивались с трудностями, однако до сих пор не меняют свою сферу профессиональной деятельности, пытаются находить определённые пути, для нужного успеха в работе.

Проанализировав показатели четырех основных характеристик, можно сделать вывод, о том, что значение, которое получилось в нашем исследовании (оптимист, чем пессимист), указывает на то, что наши респонденты всё же готовы к осуществлению и ведению своего дела.

Заключение. В заключении, хочется отметить, что предприниматели – это люди самых разных социальных слоёв, которые имеют свою степень настроенности, свой потенциал, и цель дальнейшего развития в профессиональной деятельности. Так же предпринимательская деятельность, тесно связана с верой в позитивное будущее, а эта вера невозможна без оптимизма.

Умение справляться с различного рода кризисными событиями является важной личностной характеристикой предпринимателя с высоким уровнем оптимизма, а так же значимой предпосылкой эффективности его деятельности. Чтобы процесс взаимодействия делового человека со сложной ситуацией протекал результативно, необходимо непрерывно работать над собой, быть психологически устойчивым к разным препятствиям, и что не маловажно – оптимистично смотреть на существующие проблемы.

Список использованной литературы:

1. Гончарова, С.С. Кризисные ситуации в бизнесе: стратегии их преодоления предпринимателем / С.С. Гончарова // Весці БДПУ. Серія 1. Педагогіка, псіхалогія, філалогія. – 2009. – №4 (62). – С. 41–44.

2. Журавлёв, А.Л. Социальная психология: учеб. пособие для вузов / А.Л. Журавлёв, В.А. Соснин, М.А. Красников. – М.: ФОРУМ, 2008. – 416 с.

3. Ольшевская, Э. Предприниматель – творец собственного дела / Э. Ольшевская // Гермес. – 2009. – №1. – С. 72–73.

Шибeko Н.А. (Научный руководитель – Шмуракова М.Е.,
канд. психол. наук, доцент)

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАЩИТЫ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЁР

Введение. С давних времён, для того чтобы выжить, человек был вынужден защищаться от воздействия природных стихий, нападения хищников, неожиданных врагов и других факторов угрожающих его жизни. Времена изменились, но необходимость защиты не потеряла свою актуальность. В связи с быстро меняющимся современным миром (повышенный темп жизни, высокая скорость изменения социально-экономических условий, культурные, политические изменения, рост информационных и эмоциональных нагрузок и т.д.) стресс, с которым сталкивается человек в повседневной жизни, стал неотъемлемой частью. В условиях стресса психологическая адаптация личности происходит посредством двух механизмов: психологической защиты и копинг-механизмов.

В психологии термин «защита» впервые появился в 1894 г. в работах З. Фрейда «Защитные нейропсихозы». Первоначально, психологические защиты считались врождёнными и выступали средством разрешения конфликта между сознанием и бессознательным. По словам Фрейда, цель защиты заключается в ослаблении интрапсихического конфликта (напряжения, беспокойства), обусловленного противоречием между инстинктивными импульсами бессознательного и интериоризированными требованиями внешней среды, возникающими в результате социального взаимодействия [1, с. 34]. В настоящее время психологическая защита понимается, как специальная система стабилизации личности, направленная на ограждение сознания от неприятных, травмирующих переживаний, сопряженных с внутренними и внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта. Функциональное назначение и цель психологической защиты заключается в ослаблении внутриличностного конфликта (напряжения, беспокойства) между инстинктивными импульсами бессознательного и усвоенными требованиями внешней среды, возникающими в результате социального взаимодействия.