

духовные критерии, как здоровье и счастливая семейная жизнь, дружба и внутренняя гармония. При этом значимой (хотя и не основной) ценностью является для них и материальное благополучие, для достижения которого молодежь прежде всего рассчитывает на свои силы и такие свои личные качества, как ответственность и смелость в отстаивании своего мнения и взглядов, жизнерадостность и честность, а также терпимость к взглядам и мнениям других.

Анализ изложенного позволяет сформулировать, что на современном этапе развития белорусского общества, у молодежи произошло существенное *изменение в их ценностных ориентациях, выражающееся в переходе от материальных к духовным ценностям, как основным ценностным установкам их социального поведения.*

Список использованной литературы:

1. Борзиева, З.М. Ценностные ориентации современной молодежи / З.М. Борзиева // Молодой ученый. – 2018. – № 52 (238). – С. 247-248.
2. Бригадин, П.И. Ценностные ориентации белорусского студенчества: сравнительный социологический анализ (1998-2009 гг.) / П.И. Бригадин [и др.]; под ред. П.И. Бригадина, И.В. Левицкой. – Минск: ГИУСТ БГУ, 2010. – 207 с.
3. Гречнева, Е.Ф. Реализация государственной молодежной политики в Республике Беларусь / Е.Ф. Гречнева // Белорусская думка // Белорусская мысль: навукова-тэарэтычны і грамадска-публіцыстычны часопіс. – 2004. – № 11. – С. 16–22.
4. Камбарова, К.У. Ценностные ориентации – важнейший компонент структуры личности / К.У. Камбарова // Молодой ученый. – 2016. – № 11 (115). – С. 1808–1810.

Емельянова О.М. (Научный руководитель – Виноградова С.А., старший преподаватель)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА СОТРУДНИКОВ МЧС С РАЗЛИЧНЫМ СТАЖЕМ РАБОТЫ

Введение. Залогом успешной работы сотрудников МЧС в чрезвычайных условиях является высокий уровень их профессионального мастерства, который складывается из многих факторов, в том числе из высокого уровня стрессоустойчивости. Вопросы изучения проявления профессионального стресса, его профилактики и коррекции являются актуальными как для исследования в экстремальной психологии, психологии безопасности, так и для изучения поведения человека в чрезвычайных ситуациях. Способность преодолевать стресс, управляя своим поведением в экстремальных условиях, является важным критерием акмеологической культуры личности профессионала [1]. В соответствии с методологическими принципами акмеологии личность рассматривается, как постоянно развивающаяся, находящаяся на многообразных уровнях профессионализма и успешности профессиональной деятельности [2].

Качества личности, обеспечивающие стрессоустойчивость, относятся к важным психологическим характеристикам человека и имеют свою специфичность в зависимости от вида деятельности. Профессиональная деятельность этих формирований часто протекает при воздействии неблагоприятных, а порой и экстремальных средовых и климатических факторов, в условиях дефицита времени, неопределенности событий, сложной оперативной обстановки и сопровождается высокой степенью ответственности за жизнь других людей, осознаваемым чувством угрозы жизни и здоровью и т.д. Многочисленные и различные по длительности и интенсивности воздействующие факторы могут вызывать у спасателей различного рода изменения здоровья – в диапазоне от функциональных сдвигов (признаки физического и психоэмоционального переутомления – бессонница, раздражительность, тревожность), до пред- или патологических нарушений

(психосоматические или соматические заболевания). В основе как тех, так и других изменений лежат нарушения адаптационно-приспособительной деятельности организма. Одним из проявлений этих нарушений является профессиональный стресс [3; 4].

Таким образом, актуальность изучения особенностей проявления стресса у сотрудников Министерства чрезвычайных ситуаций Республики Беларусь явилась основанием для дальнейшего эмпирического исследования данной темы.

Материал и методы. Психологические аспекты профессионального стресса сотрудников МЧС с различным стажем работы исследовались на базе ПАСО «Витязь» г. Витебска. В качестве респондентов выступили 70 сотрудников в возрасте от 19 до 45 лет. В соответствии с целью исследования были сформированы две выборки:

- 1) сотрудники, работающие в учреждении менее 10 лет;
- 2) сотрудники, работающие в учреждении более 10 лет.

Для исследования психологических аспектов профессионального стресса сотрудников МЧС использована методика «Определение нервно-психического напряжения» Т.А. Немчина. Опросник представляет собой перечень признаков нервно-психического напряжения, составленный по данным клинико-психологического наблюдения, и содержит 30 основных характеристик этого состояния, разделённых на три степени выраженности. Данный опросник рекомендуется использовать для диагностики психической напряжённости в условиях сложной (экстремальной) ситуации или её ожидания [5, с. 110]. В дополнение, была использована методика «Шкала профессионального стресса» Д. Фонтаны, направленная на определение уровня стресса на работе [6, с. 312].

Результаты и их обсуждение. Полученные результаты эмпирического исследования по методике «Определение нервно-психического напряжения» (Т.А. Немчин) показали, что в группе со стажем работы менее 10 лет – 88% испытуемых имеют слабое нервно-психическое напряжение и 12% умеренное. Сильного нервно-психического напряжения в данной группе не имеет никто. Во второй группе испытуемых, где стаж работы сотрудников превышает 10 лет, слабое нервно-психическое напряжение наблюдается у 80% опрошенных и умеренное у 20%. Высокое нервно-психическое напряжение не обнаружено и в этой группе. Таким образом, обнаруживается незначительная зависимость силы нервно-психического напряжения сотрудников от стажа их работы в учреждении. У сотрудников, стаж работы которых более 10 лет, уровень слабого и умеренного нервно-психического напряжения на 8% ниже, чем у сотрудников, стаж работы которых меньше 10 лет. Но вместе с этим важно учитывать, что, у всех испытуемых показатели и уровень нервно-психического напряжения в норме, а именно ближе к низкому уровню, чем высокому.

На основании использованной методики Д. Фонтаны «Шкала профессионального стресса» получены следующие результаты: в первой группе сотрудников со стажем работы в учреждении менее 10 лет 42% респондентов на вопрос «Вы заканчиваете рабочий день с чувством удовлетворенности от достигнутого?» – ответили, что удовлетворены достигнутым лишь иногда. На вопрос «Чувствуете ли Вы, что на работе по достоинству ценят ваши способности и дела?» – 25% ответили «нет», а 51% испытуемых ответили, что им не хватает времени на себя. На вопрос «Чувствуете ли Вы себя по достоинству вознагражденным на работе за способности и дела (имея в виду статус и продвижение по службе)?» – 17% ответили – нет. Также важно отметить, что 28% считают, что их руководство активно

мешает им в работе. Во второй группе сотрудников, стаж в учреждении которых более 10 лет, были получены следующие ответы. Достигнутым за день работы удовлетворены «иногда» только 15% сотрудников, остальные 85% ответили, что «часто» удовлетворены достигнутым. 22% спасателей считают, что их труд на работе не оценивают по достоинству. Эти же работники на вопрос «Чувствуете ли Вы себя по достоинству вознагражденным на работе за способности и дела (имея в виду статус и продвижение по службе)?» ответили – нет. Кроме этого, 51% считают, что их руководство мешает им в работе. Следовательно, несмотря на некоторую напряженность и неудовлетворённость в отношении руководства, для испытуемых 2 групп, стресс не является проблемой в жизни, т.к. показатели всех респондентов по шкале профессионального стресса ниже умеренного уровня.

Заключение. Профессиональной деятельности спасателя присущи следующие особенности: высокий уровень ответственности за решение боевой задачи, высокий темп действий, дефицит времени, неожиданное изменение обстановки, недостаток или противоречивость информации об условиях выполнения задачи, работа во вредных и опасных условиях, межличностное взаимодействие с пострадавшими, эмоциональная насыщенность переживаний, связанных с контактами с телами погибших и другие.

В ходе проведенного анализа выявлено, что в данной выборке у сотрудников МЧС ПАСО «Витязь» слабое нервно-психическое напряжение, что говорит об уравновешенности, о готовности в любую минуту мобилизовать все свои силы и отреагировать на вызов. Тем не менее, прослеживается некоторая зависимость силы нервно-психического напряжения сотрудников от стажа их работы в учреждении. У сотрудников, стаж работы которых более 10 лет, уровень слабого и умеренного нервно-психического напряжения на 8% ниже, чем у сотрудников, стаж работы которых меньше 10 лет, что может свидетельствовать о меньшем опыте принятия решений. В свою очередь сотрудники, у которых стаж более 10 лет характеризуются бóльшим самообладанием, в сравнении с другой группой респондентов. Исходя из полученных результатов эмпирического исследования была разработана коррекционная программа, направленная на снижение нервно-психического напряжения сотрудников МЧС.

Список использованной литературы:

1. Деркач, А.А. Акмеологические основы развития профессионала / А.А. Деркач. – М.: МПСИ, 2004. – 752 с.
2. Деркач, А.А. Психология развития профессионала. Учебное пособие / А.А. Деркач, В.Г. Зазыкин, А.К. Маркова. – М.: РАГС, 2000. – 124 с.
3. Самоукина, Н.В. Психология и педагогика профессиональной деятельности / Н.В. Самоукина. – М., 2009. – 213 с.
4. Блеер, А. Психология деятельности в экстремальных условиях / А. Блеер. – Издательство «Академия», 2012. – 256 с.
5. Практикум по психологии состояний / под ред. О.А. Прохорова. – СПб.: Речь, 2004. – С.110–115.
6. Фонтана, Д. Как справиться со стрессом / Д. Фонтана. – М.: Педагогика – Пресс, 2005. – 352 с.

Зорко А.Ю., Шлюева Л.В. (Научный руководитель – Семенова Н.С., старший преподаватель)

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

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН

Введение. Эмоциональные состояния – психические состояния, которые возникают в процессе жизнедеятельности и определяют уровень информационно-энергетического обмена, направленность поведения.

С точки зрения психологии, в течение беременности у женщины происходят определенные последовательные психологические изменения, начиная от приня-