

А. А. Стреленко, С. В. Лоллини

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ ЛЕТНОГО СОСТАВА ПРИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОМ ОТДЫХЕ

Научная и практическая важность проблемы профессионального стресса граждан, в том числе специалистов различных областей профессиональной деятельности, увеличивается с ростом экономической, социальной, экологической, техногенной, личностной экстремальности нашей жизни и с изменением содержания и условий труда представителей многих профессий.

При технологическом прогрессе на производстве, на транспорте, в энергетике, в военном деле повышается значимость человека в достижении высоких эффективности и качества деятельности, безопасности труда. Обширное применение вычислительной техники, использование информационных моделей индивидуального и коллективного пользования, интенсификация труда значительно меняет его характер: упрощаются жестко алгоритмизированные функции специалиста, но возрастают количество возможных проблемных ситуаций и темп работы, профессиональная и личностная значимость и ответственность за результаты и последствия деятельности.

Труд человека в системах управления техникой (деятельность «человека-оператора») связан с периодическим (иногда довольно длительным и интенсивным) воздействием (или с ожиданием воздействия) экстремальных значений профессиональных, социальных, экологических факторов, которое сопровождается негативными эмоциями, физическим и психическим перенапряжением, деструкцией деятельности. Наиболее характерным психическим состоянием, развивающимся под влиянием указанных факторов у человека-оператора, является психологический стресс.

Мы исследовали психологические параметры нервно-психической устойчивости специалистов, работающих в чрезвычайных и напряженных условиях, как компонент социально-психологической реабилитации профессионального стресса, изучали физиологические характеристики вариабельности сердечного ритма (ВСР) в контексте нервно-психической устойчивости специалистов; анализировали полученные результаты; вырабатывали и формулировали рекомендации для медицинского персонала, осуществлявшего медико-психологическую реабилитацию летного состава [3].

Объект исследования – профессиональный стресс у специалистов летного состава.

Предмет исследования – психологические и психофизиологические особенности функциональных состояний специалистов летного состава при профилактическом отдыхе.

Цель исследования – разработка программы профилактики виктимности и социально-психологической реабилитации профессионального стресса у специалистов летного труда.

Методы исследования:

- теоретического исследования: анализ монографий, статей и других научных публикаций, отражающих изученность влияния профессионального стресса на функциональное состояние специалистов летного состава;
- эмпирического исследования: тест «Нервно-психическая адаптация», разработанный в Санкт-Петербургском психоневрологическом научно-исследовательском институте им. В. М. Бехтерева; психодиагностический опросник «Модуль», разработанный в ЛГУ им. А. С. Пушкина; опросник качества жизни (версия ВОЗ, ВОЗКЖ-100), разработанный и апробированный на базе отделения психопрофилактики и внебольничной психиатрии Санкт-Петербургского психоневрологического научно-исследовательского института им. В. М. Бехтерева; изучение ВСП с помощью компьютерного анализатора ВСП «Бриз»;
- статистические методы обработки материалов исследования: описательная статистика, критерий Колмогорова – Смирнова, корреляционный анализ Спирмана, критерий Т-Вилкоксона, дисперсионный анализ.

Впервые была выявлена взаимосвязь показателей нервно-психической адаптации, нервно-психической устойчивости, оценки качества жизни и вариабельность сердечного ритма у представителей летного состава; впервые было обнаружено влияние нервно-психической устойчивости и нервно-психической адаптации на оценку качества жизни летчиков, оценены изменения показателей ВСП до и после санаторно-курортного лечения; по результатам диагностики были выделены группы летчиков в зависимости от их психологических и психофизиологических особенностей функционального состояния [1, 2, 4, 5].

Научная значимость исследования:

- реализация социально-психологического подхода к профилактике виктимности и к реабилитации профессионального (психологического) стресса у специалистов, работающих в чрезвычайных и напряженных условиях;
- социально-психологическая реабилитация, понимаемая как комплекс мероприятий, направленных на восстановление адаптивных функций личности и предотвращающих ее социально-психологическую дезадаптацию и виктимность. Впоследствии реабилитация будет способствовать разработке проблемы психологической безопасности в чрезвычайных и напряженных условиях.

Практическая значимость результатов заключается в том, что исследование виктимности и влияние профессионального (психологического) стресса у специалистов, работающих в чрезвычайных и напряженных условиях, будет способствовать не только обеспечению безопасности жизнедеятельности самих специалистов, но и снижению аварийности, количества катастроф,

профессиональных ошибок и других негативных проявлений человеческого фактора.

По результатам исследования сформулированы рекомендации для дальнейшей работы со специалистами летного труда:

- учитывая то, что нами выявлена группа лиц с признаками дезадаптационных нарушений, рекомендуем проводить диагностическое обследование летного состава по показателям нервно-психической устойчивости в воинских частях, по месту прохождения службы с целью выявления таких лиц и их направления на коррекционную работу в центр авиационной медицины Военно-воздушных сил и войск противовоздушной обороны Вооруженных Сил Республики Беларусь;

- включить методику ВСП в перечень методов исследования авиационных специалистов при подготовке к очередному медицинскому освидетельствованию или углубленному медицинскому осмотру с целью выявления пограничных функциональных состояний;

- оснастить медицинские службы авиационных частей компьютерным анализатором ВСП «Бриз»;

- внедрить в практику авиационных врачей рекомендации по совершенствованию врачебного контроля за авиационными специалистами для оптимизации психофизиологического обеспечения безопасности полетов. Использовать оценку психофизиологического статуса по уровням функционального состояния у военнослужащих других родов войск и профессий, связанных с воздействием вредных факторов труда;

- направлять на профилактический отдых в санаторий только с заключением комиссии «здоров»;

- для лиц, отнесенных к группе риска дезадаптационных нарушений, возможно продление срока реабилитации по заключению медицинской комиссии;

- в условиях профилактического отдыха летного состава проводить индивидуальную и(или) групповую психологическую работу [6].

Список литературы

1. Лоллини С. В. Анализ variability сердечного ритма специалистов, работающих в напряженных условиях / С. В. Лоллини, С. О. Голубев // Человек и транспорт. Эффективность. Безопасность. Эргономика : материалы III Междунар. науч.-практ. конф., 15–18 сент. 2014 г., Санкт-Петербург. – СПб., 2014. – С. 94–96.

2. Лоллини С. В. Анализ variability сердечного ритма специалистов, работающих в чрезвычайных и напряженных условиях / С. В. Лоллини // Актуальные вопросы науки и техники в сфере развития авиации : сб. тезисов докл. IV междунар. науч.-техн. конф. авиационного факультета учреждения образования «Военная академия Республики Беларусь», 15–16 мая 2014 г., Минск. – Минск, 2014. – С. 270.

3. Прищепа И. М. Психологический стресс у специалистов экстремальных профессий / И. М. Прищепа, А. А. Стреленко // *Фундаментальные и прикладные проблемы стресса : материалы III междунар. науч.-практ. конф.*, 16–17 апр. 2013 г., Витебск. – Витебск : ВГУ им. П. М. Машерова, 2013. – С. 193–195.

4. Стреленко А. А. Актуальные проблемы в изучении профессионального стресса специалистов, работающих в чрезвычайных и напряженных условиях / А. А. Стреленко, А. В. Исаев // *Человек и транспорт. Эффективность. Безопасность. Эргономика : материалы III междунар. науч.-практ. конф.*, 15–18 сент. 2014 г., Санкт-Петербург. – СПб., 2014. – С. 131–133.

5. Стреленко А. А. Актуальные проблемы профессионального стресса военных летчиков в условиях прохождения ими профилактического отдыха / А. А. Стреленко, С. В. Лоллини // *Актуальные вопросы науки и техники в сфере развития авиации : сб. тезисов докл. IV междунар. науч.-техн. конф. авиационного факультета учреждения образования «Военная академия Республики Беларусь»*, 15–16 мая 2014 г., Минск. – Минск, 2014. – С. 279–280.

6. Стреленко А. А. Особенности нервно-психической устойчивости специалистов, работающих в чрезвычайных и напряженных условиях // *Актуальные вопросы науки и техники в сфере развития авиации : сб. тезисов докл. IV междунар. науч.-техн. конф. авиационного факультета учреждения образования «Военная академия Республики Беларусь»*, 15–16 мая 2014 г., Минск. – Минск, 2014. – С. 278–279.

А. Л. Толстая, Г. Р. Чернова, С. И. Кедич

ФАКТОРЫ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ И АДАПТИВНОСТИ БУДУЩИХ МАШИНИСТОВ И СТУДЕНТОВ ПГУПС

Работа машиниста носит ненормированный характер, условия труда тяжелые, связаны с большими физическими и психическими нагрузками. Чтобы справляться с рутинностью и монотонностью труда на локомотиве, находить в себе силы противостоять чрезвычайным ситуациям и продолжать развитие в выбранной сфере, важно быть стрессоустойчивым и адаптивным к изменяющимся условиям.

По мнению В. Г. Козубенко, нарушения физиологической и психической адаптации работников локомотивных бригад предопределяют быстро развивающуюся невротизацию и возникновение психосоматической патологии, снижают профессионально значимые функции [1]. Так, исследование, проведенное на машинистах локомотивов, показало, что хроническое психоэмоциональное напряжение приводит к нарушению когнитивных функций личности, в частности внимания [2].