

Изучение особенностей преодоления профессиональных и жизненных трудностей у сотрудников экстремального профиля

Научный руководитель – Польшакова Ирина Николаевна

Прыгунова Дарья Ивановна

Студент (специалист)

Северо-Кавказский федеральный университет, Факультет образования, Кафедра практической и специальной психологии, Ставрополь, Россия

E-mail: d.peresvetova@mail.ru

ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ И ЖИЗНЕННЫХ ТРУДНОСТЕЙ У СОТРУДНИКОВ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ

Польшакова И.Н.

кандидат психологических наук, доцент

Северо-Кавказский федеральный университет, Институт Образования и социальных наук, Ставрополь

Iren977@yandex.ru

Прыгунова Д. И.

студентка 4 курса специальности

«Психология служебной деятельности»,

<mailto:d.peresvetova@mail.ru>

В статье рассматриваются аспекты изучения копинг стратегий преодоления профессиональных и жизненных трудностей, особенности мотивации и ресурсной сферы сотрудников Государственной противопожарной службы.

Ключевые слова: трудная жизненная ситуация, профессиональная деятельность, копинг-стратегии, персональные ресурсы, мотивация достижения, профессиональное выгорание

Актуальность данной работы обусловлена социальной ценностью профессии пожарного и экстремальными условиями его профессиональной деятельности.

Целью нашей работы явилось исследование стратегий преодоления профессиональных и жизненных трудностей, а также особенности профессиональной мотивации.

Объект исследования: стратегии преодоления профессиональных и жизненных трудностей сотрудников Государственной Противопожарной службы (ГПС)

Предметом исследования выступают особенности мотивации, копинг-стратегии преодоления профессиональных и жизненных трудностей у сотрудников.

В качестве гипотезы было выдвинуто предположение о том, что продуктивное преодоление профессиональных и жизненных трудностей сотрудников зависит от профессиональной мотивации, скомпенсированности персональных ресурсов и выраженности синдрома профессионального выгорания.

В качестве психодиагностического инструментария были выбраны следующие методики: 1) Тест преодоления трудных жизненных ситуаций (ПТЖС, SVF120) В. Янке, Г.Эрдманна (адаптация Н.Е. Водопьяновой); 2) Тест мотивации достижения (ТМД) А. Мехрабиана (адаптация М.Ш. Магомед-Эминова); 3) Опросник потери и приобретения персональных ресурсов (ОППР) Н.Е. Водопьянова, М. Штейн; 4) Методика диагностики

уровня профессионального выгорания В.В.Бойко. Исследование проводилось на базе Федерального государственного казённого учреждения "4 отряд противопожарной службы по Ставропольскому краю" в г. Невинномысске. В исследовании приняли участие 32 сотрудника пожарной службы, мужчины, средний возраст которых составил 36,5 лет (от 27 до 46).

Проведенное психологическое исследование сотрудников Государственной противопожарной службы показало следующие результаты: у 100% испытуемых выражены положительные (в нашем случае продуктивные) копинг - стратегии и способы взаимодействия с ситуацией в соответствии с ее собственной логикой, значимостью в жизни человека и его психологическими возможностями, а также для решения профессиональных и жизненных трудностей. В эту группу вошел эмоциональный копинг (способность регулировать свое психическое состояние по средствам самовнушения, отвлечения и релаксации) и когнитивный копинг, направленный на поиск решений, самомотивацию и поиск социальной поддержки.[1;3]

При исследовании профессиональной мотивации было выделено два основных мотива, мотив достижения успеха - направленный на лучшее выполнение любого вида деятельности, на достижение некоторого результата (успеха) и одобрение окружающих, и мотив избегания неудач- направленный на предотвращение неприятных последствий, оценка своих возможностей и ресурсов как недостаточных для достижения успеха, пассивность в выборе стратегий поведения. [4] Данный мотив доминирует у 94% опрошенных сотрудников.

Анализируя результаты исследование ресурсности сотрудников (равнозначности затраченных и приобретённых в ходе профессиональной деятельности ресурсов), мы пришли к выводу, что этот показатель не однороден, и у половины испытуемых (50%) имеет среднее значение, что говорит о возможном восстановлении затраченных ресурсов, и лишь у 18% о высоком значении (затраченные ресурсы восстановлены полностью, сотрудник готов к выполнению профессиональных обязанностей).[2]

Снижение мотивации, отсутствие сил и ресурсов, частые жалобы на состояние здоровья и снижение эмоционального фона могут быть признаками физиологического переутомления, а в хронической форме приводят к эмоциональному (профессиональному) выгоранию - состояние эмоционального, умственного истощения, физического утомления, возникающего в результате хронического профессионального стресса. [5] У 81% сотрудников данный синдром не выражен.

Статистический анализ исследования взаимосвязи продуктивности преодоления профессиональных и жизненных трудностей и эмоционально-личностных особенностей сотрудников указал на наличие прямой значимой связи между копинг-стратегиями и симптомами эмоционального выгорания, и частично между показателями персональных ресурсов. Следовательно, цель нашего исследования достигнута, а гипотеза исследования подтвердилась частично (продуктивное преодоления профессиональных и жизненных трудностей зависит от ряда показателей, но в большей степени от выраженности синдрома профессионального выгорания и наличия достаточного количества персональных ресурсов).

Список литературы:

1. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. — СПб.: Питер, 2009.— 336 с
2. Кравцов А.В., Хлоповских Ю.Г. Психологическая характеристика профессиональной деятельности сотрудника ГПС МЧС России // Проблемы обеспечения безопасности при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. 2015. №2
3. Осипова, А. А. Психология кризиса / Кризисные состояния личности. Хрестоматия. - М., 2000

4. Романенко В.И., Безносков Д.С. Мотивация профессиональной деятельности сотрудников Государственной Противопожарной службы МЧС России «Вестник Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России» №1. 2011

5. Сидорович Ю.С. Феномен профессионального выгорания специалистов МЧС России // Вестник СПбГУ. Серия 6. Политология. Международные отношения. 2007. №2-2 С.159-163.