

## Психологические науки

УДК 159.9

### **НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ СОТРУДНИКОВ МЧС С РАЗЛИЧНЫМ СТАЖЕМ РАБОТЫ**

**М.Э. Махмудова**, Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова  
(Абакан, Россия)

**Т.В. Пфау**, Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова  
(Абакан, Россия)

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования показателей одного из психологических ресурсов преодоления профессионального стресса у сотрудников МЧС – нервно-психической устойчивости. Исследованы показатели ситуативной и личностной тревожности, самочувствия, активности и настроения у работников военизированной горноспасательной части Восточной Сибири.

**Ключевые слова:** сотрудники МЧС, нервно-психическая устойчивость, личностная и ситуативная тревожность, показатели самочувствия, активности и настроения.

### **NEURO-PSYCHOLOGICAL STABILITY OF EMPLOYEES WITH DIFFERENT WORK EXPERIENCE AT MINISTRY OF EMERGENCY SITUATIONS**

**Abstract.** The article presents the results of a study of one of the indicators of psychological resources to overcome occupational stress among Ministry of Emergency Situations workers - neuro-psychological stability. The authors study the situational and personal anxiety, state of health, activity and mood among workers of paramilitary rescue of Eastern Siberia.

**Keywords:** Ministry of Emergency Situations, neuro-psychological stability, personal and situational anxiety, health indicators, indicators of activity and mood.

Современные условия жизни и деятельности человека протекают в условиях возрастающей частоты воздействия различного рода стрессов. Значительное внимание привлекают особенности влияния профессиональной деятельности на состояние здоровья тех специалистов, чья работа тесно связана с интенсивным и эмоционально напряженным взаимодействием с людьми [1, 2]. С полным основанием к категории лиц, наиболее подверженных профессиональному стрессу, можно отнести сотрудников специализированных подразделений военизированной горноспасательной части.

Изучением проблемы нервно-психической устойчивости занимались К.К.Платонов, Л.И. Аболин(1989), М.И. Дьяченко (1990), А.Б. Леонова, О.Н. Чернышева (1995), М.А. Дмитриева (2000) и др.. Несмотря на все возрастающее в последнее время количество исследований, направленных на изучение аспектов профессионального стресса, существует немного работ, посвященных исследованию психологических ресурсов преодоления профессионального стресса. В настоящее время под ресурсами понимается широкий спектр характеристик, которые могут быть использованы в трудных ситуациях, чтобы удовлетворить требования среды [3]. В связи с тем, что нервно-психическая устойчивость является необходимым ресурсом, позволяющим сохранить физическое и психическое здоровье людей, бес-

печивает успешность социально-психологической адаптации, особенно актуальным становится изучение этого качества у специалистов тех профессий, чья повседневная деятельность связана с воздействием профессионального стресса. Мы будем изучать психологические ресурсы преодоления профессионального стресса, а именно, нервно-психическую устойчивость у сотрудников специализированных подразделений военизированной горноспасательной части.

Целью исследования было изучение показателей нервно-психической устойчивости у сотрудников МЧС с различным стажем работы. Методологической основой исследования выступил ресурсный подход к преодолению стресса В.А. Бодрова (2006); положения Д.А. Леонтьева (2002, 2010) о психологических ресурсах преодоления стрессовых ситуаций. Методы исследования: Анкета оценки нервно-психической устойчивости «Прогноз», разработанная в ФГБ ВОУ ВПО «Военная медицинская академия имени С.М. Кирова», Методика диагностики самооценки уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина, Методика диагностики оценки самочувствия, активности и настроения (САН). Методы математической статистики: статистический пакет SPSS Statistics 10.0; - U критерий- Мана Уитни.

В данном исследовании принимали участие работники военизированной горноспасательной части Восточной Сибири, деятельность которых связана с осуществлением горноспасательного обслуживания угольных шахт, разрезов, спасением людей и сохранением их жизни. Возраст испытуемых от 27 до 43 лет (средний возраст всей выборки составил – 35,7 лет), количество - 60 мужчин. Стаж работы – от 3 лет и выше. Мужчины были разделены на 2 группы в зависимости от стажа работы. Первая группа – сотрудники МЧС со стажем работы до 5 лет. Вторая группа – со стажем работы свыше 5 лет.

В начале нашего исследования мы проследили за соотношением показателей нервно-психической устойчивости испытуемых. Результаты исследования показали, что независимо от стажа работы сотрудники МЧС имеют благоприятный прогноз по нервно-психической устойчивости. У подавляющего большинства испытуемых наблюдается высокий уровень нервно-психической устойчивости. Это означает, что у данных сотрудников нервно-психические срывы маловероятны, они устойчивы к действию стресс-факторов.

С одной стороны нервно-психическая устойчивость личного состава сотрудников МЧС обусловлена условиями их профессиональной деятельности, которая сопровождается ситуациями риска, связана с повышенной моральной, психологической и физической нагрузкой, а выполнение оперативно-служебных задач осуществляется в зонах экстремальных ситуаций. С другой стороны - нервно-психическая устойчивость зависит от внутренней оценки этих ситуаций и сформировавшихся психологических ресурсов преодоления стрессовых ситуаций у спасателей.

Изучение личностной и ситуативной тревожности показало, что не зависимо от стажа работы сотрудников МЧС, у них преобладают умеренные показатели уровня личностной тревожности. Это говорит об устойчивой склонности воспринимать большой круг ситуаций как угрожающих, различать их и реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Но определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной личности. Ситуативная тревожность у горноспасателей находится на низком уровне. То есть горноспасатели – это мужчины с низким напряжением, беспокойством и нервозностью в проблемных ситуациях.

Однако более опытные сотрудники МЧС на экстремальные ситуации и условия оперативной деятельности реагируют с меньшей степенью тревоги, чем сотрудники с большим стажем ( $p \leq 0,05$ ).

Таблица 1

Сравнительная характеристика показателей тревожности у сотрудников МЧС в зависимости от стажа работы (средние значения)

Тревожность	Ситуативная тревожность	Личностная тревожность
Стаж		
Стаж до 5 лет	26.5	22.8
Стаж более 5 лет	14.32	18.15
Значение U-критерия	76.5*	153

$p \leq 0,01^{**}$ ,  $p \leq 0,05^*$

Можно предположить, что с ростом стажа работы возрастает адаптационный потенциал сотрудников МЧС, который и позволяет не так интенсивно реагировать на ситуацию при успешном осуществлении оперативно-служебных задач.

На последнем этапе нашего исследования мы проследили за соотношением самочувствия, активности и настроения. Результаты исследования показали, что независимо от стажа работы сотрудников МЧС у большинства из них благоприятный прогноз в отношении самочувствия, активности и настроения.

Таблица 2

Показатели уровня самочувствия, активности и настроения у сотрудников МЧС с различным стажем работы (средние значения)

Стаж	До 5 лет	Более 5 лет	Уэм.
Шкала			
Самочувствие	16.3	28.2	125.5*
Активность	16.3	23.2	145.5
Настроение	20.7	20.3	195.5

$p \leq 0,01^{**}$ ,  $p \leq 0,05^*$

Было выявлено, что самочувствие у сотрудников МЧС со стажем работы от 5 лет намного выше, чем у сотрудников со стажем до 5 лет ( $p \leq 0,01$ ). Это означает, что сотрудники МЧС с

большим стажем работы чувствуют себя в экстремальных ситуациях гораздо лучше, чем их коллеги с более низким стажем работы, что еще раз доказывает рост личностного адаптационного потенциала при осуществлении профессиональной деятельности в условиях производства, отличающегося значительной долей стрессогенности.

### Литература:

1. Бодров В. А. О психологических механизмах регуляции процесса преодоления стресса: учеб. пособие для вузов. М. -Ярославль: Аверс-Пресс. 2002. С. 98-117.
2. Леонова А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса // Вестник Московского университета. Серия 14 Психология. 2000. №3.
3. Куликов Л.В. Здоровье и субъективное благополучие личности. Психология здоровья: учеб.-метод, пособие. СПб., 2000.

### References:

1. Bodrov V. A. O psihologicheskikh mehanizmah reguljicii processa preodole-nija stressa: ucheb. posobie dlja vuzov. M. -Jaroslavl': Avers-Press. 2002. S. 98-117.
2. Leonova A.B. Osnovnye podhody k izucheniju professional'nogo stressa // Vestnik Moskovskogo universiteta. Serija 14 Psihologija. 2000. №3.
3. Kulikov L.V. Zdorov'e i sub#ektivnoe blagopoluchie lichnosti. Psihologija zdorov'ja: ucheb.-metod, posobie. SPb., 2000.



### Сведения об авторах

Мария Эминовна **Махмудова**, студентка направления подготовки «Психология», Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова (Абакан, Россия).

Татьяна Вильевна **Пфау**, кандидат психологических наук, доцент, Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова (Абакан, Россия).