

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

(повне найменування вищого навчального закладу)

Факультет психології та соціальної роботи

(повне найменування інституту/факультету)

Соціальної і прикладної психології

(повна назва кафедри)

Д и п л о м н а р о б о т а

бакалавр

(освітньо-кваліфікаційний рівень)

на тему: **«Особливості копінг-стратегій у співробітників МНС України»**
«Features of coping strategies of the workers of the State Emergency Service of
Ukraine»

Виконала: студентка 4 курсу денної форми навчання

напряму підготовки **6.030102-** «Психологія»

Калустова Ганна Володимирівна

Керівник: д.психол.н. проф. Кіреєва З.О _____

Рецензент: к. психол.н. доцент Литвиненко О.Д . _____

Рекомендовано до захисту:

Протокол засідання кафедри

№ _____ від _____ р.

Захищено на засіданні ДЕК №

протокол № _____ від _____ р.

Оцінка _____ / _____ / _____

(за національною шкалою, шкалою ECTS, бали)

Завідувач кафедри

_____ Кіреєва З.О.

Голова ЕК

_____ Родина Н.В

Одеса - 2018

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ І ЙОГО ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ ЗІ СХИЛЬНІСТЮ ДО РИЗИКУ І РІВНЕМ НЕРВОВО-ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ У ПОЖЕЖНИХ РЯТУВАЛЬНИКІВ МНС

- 1.1. Теорія «копінга»: історія і розвиток
- 1.2. Поняття копінг-стратегій
- 1.3. Зв'язок копінг-стратегій зі схильністю до ризику і рівнем нервово-психічної стійкості

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СХИЛЬНОСТІ ДО РИЗИКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ І КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ОСОБИСТОСТІ У ПОЖЕЖНИХ РЯТУВАЛЬНИКІВ В СТРУКТУРІ МНС

- 2.1 Програма емпіричного дослідження.
- 2.2 Опис і аналіз результатів
- 2.3 Обговорення результатів

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

ВИСНОВОК

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

ВСТУП

Актуальність проблеми полягає в тому, що професійна діяльність фахівців пожежно-рятувальних служб, що забезпечують ліквідацію наслідків надзвичайних ситуацій, протікає в особливих умовах і характеризується впливом значного числа стресогенних факторів, вплив яких при недостатньому розвитку психологічно-важливих якостей призводить до зниження ефективності виконання діяльності, професійного вигорання і психосоматичних порушень.

У зв'язку з цим виникає потреба діагностиці психологічно-важливих якостей працівників пожежно-рятувальної служби МНС з метою виявлення тих сторін особистості і їх взаємозв'язку з іншими, які потребують розвитку або корекції.

Про загальні положення о структурно-функціональній організації копінг-ресурсів професійного здоров'я особистості, писали В. Абабков, О. Журавльов, Ю. Постилякова, О. Самара, Б. Смірнов, М. Фетіскін, І. Шкуратова. Вивчення особливостей професіоналізації фахівців екстрених служб займалися, Г. Бондар, І. Ващенко, О. Матеюк, В. Медведєв, С. Миронець, О. Назаров, О. Самонов, О. Склень, О. Тімченко та ін

В українській психологічній науці загальним проблемам психології професійної підготовки присвятили свої дослідження Л. Подоляк, В. Юрченко, В. Яблонка, В. Семиченко, З. Карпенко, Л. Велітченко, В. Галузинський, М. Євтух, Н. Чепелева, В. Носкова, Н. Шевченко, Л. Орбан, Д. Гриджук, І. Вітенко.

У сучасних наукових дослідженнях велика увага також приділяється вивченню копінг-стратегій. Так, вивчення психологічних способів подолання стресу, як фактору успішної адаптації людини у сучасному світі, знайшло відображення у працях Л.І. Анциферової, Ф.Є. Василюка, Ф.Б. Березіна, В.О. Бодрова, Б.С. Братуся, Т.О. Гордєєвої, А.Р. Кудашева, Ф.З. Меєрсона, Є.М. Радинської, Л.О. Петровської, І.І. Приходька, Т.М. Титаренка, А.О. Реана, Н.В. Родіної, І.А. Сапарової, О.В. Тімченка, М.С. Яницького та інших. В їх дослідженнях відзначається, що найбільш стресогенний вплив на

психофізичний і функціональний стан особистості чинять непередбачуваність і невизначеність, які є базовою характеристикою екстремальних умов діяльності.

В даний час гостро стоїть питання про відбір і підготовку рятувальників, а також про профілактику і своєчасному виявленні нервово-психічних і психосоматичних розладів, що виникають у невідготовлених рятувальників у зв'язку зі стресогенним характером їх діяльності.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні особливостей копінг-стратегій у працівників пожежно-рятувальної служби.

Для досягнення вказаної мети вирішували такі задачі:

- 1 Проаналізувати наукові джерела з проблеми копінг-стратегій, схильності до ризику і рівня нервово-психічної стійкості співробітників пожежно-рятувальної служби.
- 2 Емпірично дослідити особливості копінг-стратегій.
- 3 Встановити взаємозв'язок між копінг-стратегіями, схильністю до ризику і рівнем нервово-психічної стійкості у працівників пожежно-рятувальної служби.

Об'єкт дослідження: копінг стратегії, як ефективні способи подолання запитів життя

Предмет дослідження: Особливості копінг-стратегій у співробітників МНС України.

З метою вирішення поставлених дослідницьких задач у був використаний наступний комплекс методів: теоретичні: аналіз, синтез, узагальнення, класифікація та систематизація досліджень з питання особливостей копінг-стратегій, їх функціональні взаємозв'язків між схильністю до ризику і рівнем нервово-психічної стійкості; емпіричні: спостереження, психодіагностичне тестування нервово-психічної стійкості (Методика «Прогноз»), ступеня схильності до ризику (методика А. М. Шуберта); переважаючих стратегій і моделей копінг-поведінки (особистісний опитувальник «SACS»). А також

особисті дані про вік, стаж, посади і рівні освіти; кількісної обробки даних: методи варіаційної статистики, кластерного, кореляційного та дискримінантного аналізу із використанням комп'ютерної програми SPSS 18 for Windows та додатку Microsoft® Office Excel.

Дослідження проводилося на базі Міністерства Надзвичайних Ситуацій міста Одеси та Одеської області. Проводилось вивчення міських та сільських підрозділів МНС, а саме у м. Одеси і селищ міського типу Захарьєвки і Великої Михайлівки, в період з 16 листопада по 18 грудня 2017 року.

В дослідженні прийняло участь 70 пожежних рятувальників. З них 36 людини, що несуть службу в сільських підрозділах, і 34 людини, що несуть службу в міському підрозділі. пожежників.

Структура роботи: дипломна робота складеться з вступу, двох розділів, висновку. У тексті дипломної роботи міститься дев'ять таблиць і чотири рисунків. Об'єм дипломної роботи складає 55 сторінки. Список використаної літератури складає 46 літературних першоджерел.

ВИСНОВКИ

З метою вирішення поставлених дослідницьких задач був використаний наступний комплекс методів і зроблені такі висновки:

Реалізація проведення теоретичного аналізу досліджень копінг-стратегій і його взаємозв'язків зі схильністю до ризику і рівнем нервово-психічної стійкості у пожежних рятувальників МНС дала змогу узагальнити його розуміння як механізм який забезпечує й підтримує благополуччя людини, її фізичне і психічне здоров'я та іграє важливу роль в досягненні задоволеності соціальними відносинами. Отже головною задачею копінгу є найкраща адаптація до вимог ситуації, можливість опанувати її, ослабити чи пом'якшити її вимоги. Ми з'ясували, що відсутність у співробітника достатнього рівня нервово-психічної стійкості (НПУ) та адекватної схильності до ризику, веде до менш ефективного виконання поставлених завдань і зривів у професійній діяльності. Саме ці компоненти, дозволяють співробітникам пожежно-рятувальної служби, дотримуючись своїх намірів і цілей, зберігати необхідну фізичну і психічну працездатність у надзвичайних умовах, впевнено застосовувати засвоєні навички, приймати адекватні рішення, в обстановці дефіциту часу. Таким чином нами було показано важливу роль копінг-стратегій у взаємозв'язку з схильністю до ризику і рівнем нервово-психічної стійкості, за допомогою яких відбувається виконання професійних обов'язків з найменшими витратами і найбільшою ефективністю.

Нами було проведено емпіричне дослідження схильності до ризику, стресостійкості і копінг-стратегій особистості у пожежних рятувальників МНС. Дослідження проводилося на базі Міністерства Надзвичайних Ситуацій міста Одеси та Одеської області. Проводилось вивчення міських та сільських підрозділів МНС, а саме у м. Одеси і селищ міського типу Захарьевки і Великої Михайлівки, в період з 16 листопада по 18 грудня 2017 року. У дослідженні взяли участь 70 пожежних рятувальників. Всі випробовуванні прослужили у пожежній служби більше 5 років. Всі досліджувані – чоловіки. Були використані наступні методи: теоретичні: аналіз, синтез, узагальнення, класифікація та систематизація досліджень з питання особливостей копінг-стратегій, їх функціональні взаємозв'язків між схильністю до ризику і рівнем нервово-психічної стійкості; емпіричні: спостереження, психодіагностичне тестування нервово-психічної стійкості (Методика «Прогноз»), ступеня

схильності до ризику (методика А. М. Шуберта); переважаючих стратегій і моделей копінг-поведінки (особистісний опитувальник «SACS»). А також особисті дані про вік, стаж, посади і рівні освіти; кількісної обробки даних: методи варіаційної статистики, кластерного, кореляційного та дискримінантного аналізу із використанням комп'ютерної програми SPSS 18 for Windows та додатку Microsoft® Office Excel.

З огляду на отримані результати дослідження копінг-стратегій у взаємозв'язку з схильністю до ризику і рівнем НПУ зазначено, що:

У більшості пожежних-рятувальників, які склали 46%, переважають середньо-конструктивні копінг стратегії. У 43% переважаючими виявилися конструктивні копінг-стратегії та у 11% переважають низько-конструктивні копінг-стратегії.Що свідчить нам про те, що в середньому переважають напівнефективні копінг-стратегії. Вони з одного боку спрямовані на можливість швидкого зниження емоційної напруги в ситуації стресу, тобто на совладання зі стресом, що сприяє його редукції, але з другого, забезпечує функціонування і розвиток індивіда на більш низькому функціональному рівні, то му що заперечують часткове або повне ігнорування проблеми, ухилення від відповідальності і дій по вирішенню труднощів, що виникли, пасивність, нетерпіння, спалахи роздратування, занурення в фантазії, а так само можуть сприяти на розвиток не конструктивної поведінки, наприклад, переїдання, вживання алкоголю і т.п., з метою зниження болісної емоційної напруги. Але все ж таки є працівники які все ж використовують адаптивні копінг стратегії, які проявляються у визнанні суб'єктом своєї ролі у виникненні проблеми і відповідальності за її рішення, в здатності ефективно справлятися зі стресовими ситуаціями за допомогою своїх особистісних ресурсів, або за допомогою пошуку інформаційної, емоційної і дієвої підтримки, та за допомогою отримання соціальної підтримки від середовища.

Було з'ясовано що 48% робітників мають середню схильність до ризику, 29% - мають високу схильність до ризику, та 23% - мають низьку схильність до

ризик. Що говорить нам про те, що більшість працівників здатні йти на обдуманий й виправданий ризик, тому що саме адекватна схильність до ризику буде основним фактором мобілізації і активізації ресурсів людини. Ті працівники які мають високи показники, характеризуються високим рівнем домагань, прагненням до лідерства, здатність впливати на інших людей. Але подібна спонтанна активність іноді переживається суб'єктом як потяг до небезпеки і інколи висока схильність до ризику трактується, як захисна реакція людини, яка знаходиться у ситуації стресу. Працівники які мають низьки показники, характеризуються - нерішучістю, схильністю до підпорядкування великою обережністю у виборі і в стосунках з іншими людьми, що значно збільшує витрати часу, на прийняття рішення.

Було встановлено, що 63% чоловіків має середній рівень нервово-психічної стійкості. У 22% пожежних-рятувальників спостерігається високий рівень та у 15% - низький рівень. Незадовільного рівня нервово-психічної стійкості у пожежних рятувальників виявлено не було. Це говорить нам проте, що у більшості працівників спостерігається низька ймовірність нервово-психічних зривів, адекватна самооцінка і оцінка навколишньої дійсності, але при значних фізичних і емоційних навантаженнях, можливі поодинокі, короточасні порушення поведінки. Ті робітники які мають високий рівень нервово-психічної стійкості, характеризується низькою ймовірністю порушень психічної діяльності, високим рівнем поведінкової регуляції і стресостійкість, тому прогноз, сприятливий. Пожежні-рятувальники, які за результатами тестування мають низький рівень, характеризується можливістю в екстремальних ситуаціях помірних порушень психічної діяльності, що супроводжуються неадекватною поведінкою, самооцінкою або сприйняттям навколишньої дійсності і зниженням рівня стресостійкості.

Далі ми провели аналіз впливу одних якостей на прояв інших за допомогою методів математичної статистики. А саме за критерієм Крускала-

Валіса та коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона. І виявили наступні закономірності:

Досліджувані, у яких переважають конструктивні і середньо-конструктивні копінг-стратегії, не відрізняються між собою рівнем НПУ, у них в середньому спостерігається високий рівень НПУ, але відрізняються різною схильністю до ризику, у конструктивних допінг-стратегій більш адекватна схильність до ризику, ніж у середньо-конструктивних копінг-стратегій.

Середньо-конструктивні не відрізняються від низько-конструктивних схильністю до ризику, у досліджуваних даної групи в середньому спостерігається або завищена, або занижена схильність до ризику, але відрізняються рівнем НПУ, у середньо-конструктивних в середньому спостерігається рівень НПУ трохи вище, ніж у досліджуваних з переважанням низько-конструктивних копінг-стратегій.

Досліджувані з переважанням низько-конструктивних копінг-стратегій відрізняються від конструктивних і рівнем НПУ, який нижче ніж у конструктивних і схильністю до ризику, яка в середньому у низько-конструктивних є завищеною.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антипов В.В. Психологічна адаптація до екстремальних ситуацій. - М.: Владос-Прес, 2002. – С.176;
2. Анциферова Л.І. Особистість у важких життєвих умовах: переосмислення, перетворення ситуацій та психологічний захист// Психологічний журнал. - 1994. - Т. 15. - № 1
3. Басов М.Я., Марьін. М.Н. Особистість і професія// Профессиографія основних видів діяльності співробітників Державної протипожежної служби МВС Росії. - навч. допомога. М.: ВНІІПО, 1998. С. 114;
4. Басов М.Я., Марьін М.Н. Особистість і професія// Профессиографія основних видів діяльності співробітників Державної протипожежної служби МВС Росії: навч. допомога. М.: ВНІІПО, 1998. С. 101;
5. Бобровницька М.М. О.Ю. Голубєва, Т.Н. Коняєва, Ю.С. Шойгу. Міністерство російської федерації у справах цивільної оборони, надзвичайних ситуацій та ліквідації наслідків стихійних лих: державна установа «центр екстреної психологічної допомоги мнс росії»/Розділ: мотиваційно-вольовий БЛОК // Методика діагностики ступеня готовності до ризику Шуберта. - М.: 2 видання, 2006. - С. 377;
6. Бобровницька М.М. О.Ю. Голубєва, Т.Н. Коняєва, Ю.С. Шойгу. Міністерство російської федерації у справах цивільної оборони, надзвичайних ситуацій та ліквідації наслідків стихійних лих: державна установа «центр екстреної психологічної допомоги мнс росії»/Розділ: мотиваційно-вольовий БЛОК//Анкета «Прогноз». - М.: 2 видання, 2006. - С. 353;
7. Брайт Дж. Стрес. Теорії, міфи, дослідження. - СПб.: Прайм-Еврознак; 2003. – С. 352;
8. Вари М. Й. Загальна психологія: підручник для студ. вищ. навч. закл./Глава 39. гармонія особистості/пункт 39.4. Психічна стійкість./ К.: 3-е видання., «Центр навчальної літератури» 2009. С. 841- 849;

9. Василюк Ф. Е. Психологія переживання.//Аналіз подолання критичних ситуацій. - М. : Видавництво Московського університету, 1984
Китаєв-Смик Л.А. Психологія стресу. - М., 1983. - 368 с;
10. Водоп'янова Н.Є., Старченкова Е.С. Стратегії та моделі долає поведінки // Практикум з психології менеджменту та професійної діяльності/Під ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитрієвой, В.М. Снеткова. СПб. : Мова, 2001. С. 78-83;
11. Грановська Р.М., Микільська І.М. Психологічний захист у дітей. - СПб., 2003.;
12. Єпанчінцева Е. М., Семко В. Я., Аксьонов М. М., Якутенок Л. П., Ветлугіна Т. П., Авдеенок Л. Н. Рання діагностика і клінічна динаміка посттравматичних стресових розладів/ метод. рекомендації. Томськ, 2004. С. 30;
13. Жигінас Н. В. Організація, напрямки та методи дослідження психічного здоров'я студентів//принципи та методи психологічної допомоги студентам, що переживають кризу / Укр. Томського держ. пед. ун-ту. 2007. С. 45-48;
14. Зінченко Ю. П., Шилко Р. С. Копинг-стратегії: класифікація // Психологія спілкування. Енциклопедичний словник / За заг. ред. А.А. Бодалева. - Вид-во Когито-Центр Москва, 2011. - С. 410-411;
15. Каминіна І. В. Копінг-стратегії особистості в екстремальних умовах життєдіяльності//Автореф. Дис. канд. психол. наук: - Хабаровськ, 2008. С. 22 ;
16. Китаєв-Смык Л. А. Психология стресса - М.: Наука, 1983. С. 168;
17. Корнілова Т.В. Психологія ризику і прийняття рішень: Навч. посіб. для вузів. - М.: Аспект Пресс, 2003;
18. Куликов Л.В. Психологія здоров'я// підруч.-метод, посібник: Здоров'я і суб'єктивне благополуччя особистості.. СПб., 2000;
19. Лебедева В.А. Психологія сьогодні: матеріали X регіон. студ. наук.-практ. конф. Єкатеринбург: ГОУ ВПО «Рос. держ. проф.-пед. ун-т », 2008. С. 254;

20. Либин Д., Лібіна А. Стили реагування на стрес: психологічний захист або совладання зі складними обставинами // Стиль людини: психологічний аналіз.-М., 1998. С. 117;
21. Нартова-Бочавер С. К. "Coping behavior" в системі понять психології особистості / С. К. Нартова-Бочавер // Психологічний журнал. - 1997. - № 5. - С. 20 – 30;
22. Носенко Е.Л. Форми відображеної оцінки емоційної стійкості та емоційної розумності людини: моногр. / Е.Л. Носенко, І.Ф. Аршава, К.П. Кутовий. – Д.: Інновація, 2011. С. 178;
23. Олександрівський Ю. А. Соціально-стресові розлади / Ю. А. Олександрівський // Обозрение психіатрії та медичної психології ім. В.М. Бехтерева С.Петербург, 1992. №-2. С. 5-10;
24. Петровський, А. В., Ярошевський М. Г.: Психологія. Словник /6-е изд., Испр. і доп. М.: Политиздат, 2010. С. 494;
25. Практикум з психології менеджменту та професійної діяльності: навч. посібник / За ред. Г. С. Нікіфорова, М. А. Дмитрієвої, В. М. Снеткова. - СПб .: Мова, 2003;
26. Прокопенко В. Діагностика, профілактика і корекція стресових розладів серед співробітників державної протипожежної служби МВС Росії/метод. рекомендації./ Вид. 2-е. М.: 2001. С. 256;
27. Родина Н.В. К проблеме соотношения понятий «Копинг-стратегии» и «Защитные механизмы» / Н.В. Родина // Актуальні проблеми соціології, психології та педагогіки. – 2006. - № 1. – С. 98 -104;
28. Родина Н.В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання: монографія / Н.В. Родина. – Одеса: видавець Букаєв Володимир Вікторович, 2011. С. 364;
29. Санникова О.П. Пролонгований підхід до дослідження детермінаційних процесів./ К.: Наука і освіта. – Одеса. 2007. С. 6-7;

30. Сельє Г. Нариси про адаптаційний синдром./ Пер. з англ. В. І. Кандрора і А. А. Рогова; Редакція і вступ. ст. проф. М. Г. Дурмішьяна. М., Медгиз, 1960. С. 255;
31. Сібгатулліна І.Ф., Апакова Л.В., Зайцева Л.Д. Особливості копінг-поведінки в реалізації інтелектуальної діяльності суб'єктами вищої школи // Прикладна психологія. 2002. № 5-6. С. 105;
32. Сибіру В. А., Головін І. А. Штрих до портрету покоління 1990-х р. // Соціологічні дослідження, 1998. - №3. - С.106 – 117;
33. Тлумачний словник живої великоросійської мови/В. І. Даль./ Том 4. – М.: Вольфа, 1872. С. 261;
34. Фетіскін Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Соціально-психологічна діагностика розвитку особистості і малих груп. - М.: видавництво Інституту Психотерапії, 2002;
35. Чехлатый Е. И. Личностная и межличностная конфликтность и копинг-поведение и их динамика под влиянием групповой психотерапии: автореф. дис. на соискание уч. ст. канд. мед. наук : спец. – СПб, 1994. С. 25;
36. Якутенок Л. П., Ветлугіна Т. П., Авдеенок Л. Н. Рання діагностика і клінічна динаміка посттравматичних стресових розладів: метод. рекомендації. Томськ, 2004. С. 30;
37. Ялтонский В.М. Психология совладающего поведения: развитие, достижения, проблемы, перспективы/ В.М. Ялтонский, Н.А. Сирота // Совладающее поведение: современное состояние и перспективы / под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. - Москва : Институт психологии РАН, 2008. - С. 21-54;
38. Antonovsky A. Personality and health: Testing the sense of coherence model / A. Antonovsky - New York: John Wiley & Sons, 1990. P. 562;
39. Carver C.S. Assessing Coping Strategies: A theoretically based approach / C.S. Carver, M.F. Scheier, J. K. Weintraub// J. Pers. and Soc. Psychology. – 1989. – № 56. – P. 267-283;

40. Carver, C.S., & Scheier, M.F. Self-regulation and its failures/ C.S. Carver, M.F. Scheier// *Psychology Inquiry*, – 2002. – № 7 – P. 32-50;
41. Holahan C. J. Life stressors, resistance factors, and psychological health: An extension of the stress-resistance paradigm / C.J. Holahan, R.N. Moos // *Jornal of Personality and Social psychology*. - 1990. - № 58. - P. 909-917;
42. .Lazarus, R.S. *Psychological Coping and Stress* / R.S. Lazarus – N. Y., 1984. – P. 167-169;
43. Lazarus R.S. and Folkman S. Transactional theory and research on emotions and coping /R.S. Lazarus, S. Folkman // *European Journal of personality*. – 1987. – №1. – P.141-169;
44. Losoya S. Developmental issues in the study of coping / S. Losoya, N. Eisenberg, R.A. Fabes // *International Journal of Behavioral Development*. - 1998. - № 22. - P. 231—237;
45. Rodríguez A. G. Algunas aportaciones críticas en torno a la búsqueda de un marco teórico del afrontamiento en la psicosis de un marco teorico del afrontamiento en la psicosis / A. G. Rodriguez, S. P. Garcelan // *Psicotema*. - 2001. - № 4. - P. 563-570;
46. Tuomi K. Stress management, aging, and disease / K. Tuomi, J. Seitsamo, P. Huuhtanen // *Experimental Aging Research*. - 1999. - № 25(4). - P. 353-358.