

Лазаренко Е.А.

студент

3 курс, факультет Психологии и Педагогики

Россия, г. Омск

Грабовская А.В.

студент

3 курс, факультет Психологии и Педагогики

Россия, г. Омск

Стрелков А.О., старший преподаватель кафедры практической

психологии

Омский государственный педагогический университет

Россия, г. Омск

ХАРАКТЕРИСТИКА СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СОТРУДНИКОВ МЧС

***Аннотация:** Статья посвящена особенностям стрессоустойчивости сотрудников МЧС. Рассматриваются уровни стрессоустойчивости. В качестве диагностического инструментария используются тест Киршева, Рябчикова и тест Коухена, Виллиансона. Результаты, полученные в ходе исследования, анализируются и систематизируются с помощью методов математической статистики.*

***Ключевые слова:** стрессоустойчивость, МЧС, сотрудники, уровни, стаж работы.*

***Annotation:** The article is devoted to the features of stress resistance of the Ministry of Emergencies. Stress tolerance levels are considered. As diagnostic tools, the Kirshev, Ryabchikov test and the Cauchen, Williansson test are used. The results*

obtained during the study are analyzed and systematized using methods of mathematical statistics.

Keywords: *stress resistance, Ministry of Emergencies, employees, levels, length of service.*

Профессия сотрудников противопожарной службы является одной из самых напряженных профессий. Она характеризуется работой в экстремальных условиях и носит выраженный стрессогенный характер.

Способность справляться со стрессом, контролировать свое поведение в опасных для жизни условиях являются важными личностными особенностями специалистов экстремального профиля.

Профессиональная деятельность пожарных и спасателей зачастую осуществляется при воздействии неблагоприятных, а порой и экстремальных средовых и климатических факторов, в условиях дефицита времени, неопределенности событий [3]. Сотрудникам МЧС приходится действовать в условиях сложной оперативной обстановки, которая сопровождается высокой степенью ответственности за жизнь других людей. Частое присутствие угрозы для жизни и здоровья в процессе работы повышает уровень стресса сотрудников противопожарной службы, им необходимо умение совладать со стрессовыми ситуациями, чтобы эффективно выполнять профессиональные задачи [1].

Кроме того, многочисленные стрессогенные факторы могут вызывать у спасателей различного рода изменения в состоянии их здоровья - в диапазоне от функциональных сдвигов (к ним относятся признаки физического и психоэмоционального переутомления - бессонница, раздражительность, тревожность) до пред- или патологических нарушений (психосоматические или соматические заболевания). Предпосылками к тем или другим изменениям являются нарушения адаптационно-приспособительной

деятельности организма. Профессиональный стресс - один из проявлений этих нарушений [2].

Цель исследования: определить характеристику стрессоустойчивости сотрудников МЧС.

Объект исследования: стрессоустойчивость сотрудников МЧС.

Предмет исследования: характеристика стрессоустойчивости сотрудников МЧС.

Задачи исследования:

1. Определить основные понятия темы исследования.
2. Определить диагностический пакет для определения уровня стрессоустойчивости сотрудников противопожарной службы.
3. Охарактеризовать полученные результаты уровня стрессоустойчивости сотрудников МЧС.

Методы работы:

1. Теоретические: анализ психологической литературы, интернет ресурсов, а также пособий МЧС России по теме данного исследования.
2. Эмпирические: тестирование.

В данном исследовании использовались следующие **методики**: тест на самооценку стрессоустойчивости личности (Н.В. Киршева, Н.В. Рябчикова); тест самооценки стрессоустойчивости С.Коухена и Г. Виллиансона.

Эмпирическая база исследования: 17 сотрудников пожарной охраны ПЧ №24.

На рисунке 1 представлена гистограмма результатов проведенного Теста на самооценку Киршева, Рябчикова.

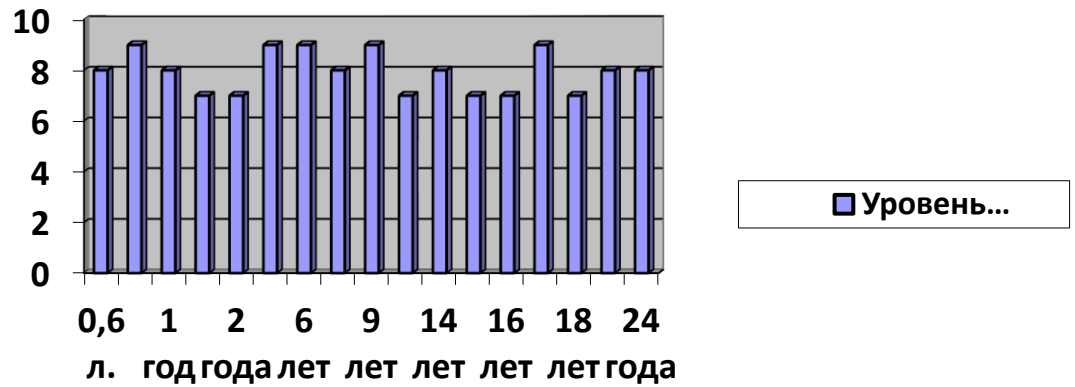


Рисунок 1. Гистограмма результатов теста Киршева, Рябчикова

По вертикали представлены уровни стрессоустойчивости (1 – очень низкий, 2 – низкий, 3 – ниже среднего, 4 – чуть ниже среднего, 5 – средний, 6 – чуть выше среднего, 7 – выше среднего, 8 – высокий, 9 – очень высокий). По горизонтали – стаж профессиональной деятельности каждого из тестируемых сотрудников противопожарной службы. Проанализировав гистограмму на рис. 1, можно сказать, ниже уровня «выше среднего» результатов нет, пять испытуемых в результатах данного теста показали самые высокие результаты «очень высокий» уровень.

На рисунке 2 представлена гистограмма результатов проведенного теста Коухена, Виллиансона.

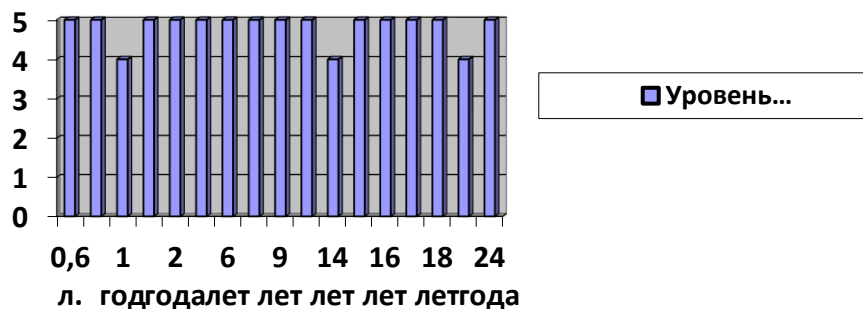


Рисунок 2. Гистограмма результатов теста Коухена, Виллиансона

По вертикали – уровни стрессоустойчивости согласно тесту Коухена, Виллиансона (1 – очень плохо, 2 – плохо, 3 – удовлетворительно, 4 – хорошо, 5 – отлично). По горизонтали представлен стаж профессиональной деятельности каждого из пожарных ПЧ №24. Проанализировав гистограмму на рисунке 2, можно говорить о том, почти все сотрудники выполнили его на максимальные показатели, кроме сотрудников со стажем деятельности 1 год, 14 лет, 20 лет, что говорит о высоком уровне стрессоустойчивости, вне зависимости от стажа профессиональной деятельности.

По результатам исследований у сотрудников МЧС (в нашем исследовании это были пожарные ПЧ №24) мы можем утверждать, что все тестируемые по итогу двух проведенных тестов показали высокие результаты, что свидетельствует о наличии стрессоустойчивости высокого уровня. Причем высокий уровень стрессоустойчивости уже наблюдается через год работы.

Использованные источники:

1. Перельгин А.С., Хлоповских Ю.Г. Стрессоустойчивость сотрудников противопожарной службы // Современные технологии обеспечения гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. 2016. №1 (7)
2. Мордовская А.В. Особенности проявления стресса у сотрудников МЧС / А.В. Мордовская // Междунар. студ. науч. вестник. - 2015. - №5. Ч. 2. - С. 197-198.
3. Психодиагностика стресса: практикум / сост. Р.В. Куприянов, Ю.М. Кузьмина. - Казань: КНИТУ, 2012. - 212 с. (Дата обращения: 06.02.2020)