

Наведено результати теоретичних, практичних і прикладних досліджень з актуальних проблем військової психології, військової економіки, військової географії, геопросторової підтримки і права.

Для наукових, науково-педагогічних працівників, ад'юнктів, аспірантів, студентів та курсантів.

The results of theoretical, practical and empirical research on actual issues of military psychology, military economy, military geography, geospatial support and law are presented.

For researchers, faculty members, postgraduate students, students and cadets.

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР	І. В. Толок, канд. пед. наук, доц.
РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ	Б. О. Попков, канд. військ. наук, ст. наук. співроб. (заст. гол. ред.); О. Л. Скрябін, канд. іст. наук (відп. секр.); О. В. Соколіна, канд. філос. наук (техн. ред.); І. С. Бахов, д-р пед. наук, проф.; А. А. Каленський, д-р пед. наук, доц.; В. С. Рижиков, д-р пед. наук, проф.; Н. М. Чернуха, д-р пед. наук, проф.; І. Д. Юник, канд. пед. наук, доц.; А. Ю. Гордєєв, д-р геогр. наук, проф.; С. А. Лісовський, д-р геогр. наук, ст. наук. співроб.; Є. О. Маруняк, д-р геогр. наук, ст. наук. співроб.; В. І. Зацерковний, д-р техн. наук, проф.; К. А. Антіпова, д-р геогр. наук, проф. (Білорусь); Б. А. Якимчук, канд. психол. наук; О. В. Кобець, д-р психол. наук, доц.; В. В. Карелін, д-р юрид. наук; О. М. Бериславська, канд. юрид. наук; О. Д. Рожко, д-р екон. наук, проф.; В. В. Баєв, канд. екон. наук, доц.
Адреса редколегії	Військовий інститут, вул. Ломоносова, 81, м. Київ, 03680, Україна; ☎ (38044) 521 32 89; тел./факс (38044) 521 32 92 E-mail: milvisnyk.knu@ukr.net; www.mil.univ.kiev.ua
Затверджено	Вченою радою Військового інституту 18.03.21 (протокол № 10)
Зареєстровано	Міністерством юстиції України. Свідоцтво про державну реєстрацію КВ № 17617-6467Р від 29.03.11
Журнал входить	до переліку наукових фахових видань України (категорія Б) за спеціальностями 011, 014, 015 – педагогічні; 072 – економічні; 193 – технічні (наказ МОН від 26.11.2020 № 1471) та 053 – психологічні; 081 – юридичні (наказ МОН від 09.02.2021 № 157).
Засновник та видавець	Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет". Свідоцтво внесено до Державного реєстру ДК № 1103 від 31.10.02
Адреса видавця	ВПЦ "Київський університет", б-р Тараса Шевченка, 14, м. Київ, 01601, Україна, ☎ (38044) 239 31 72, 239 32 22; факс 239 31 28

The results of theoretical, practical and empirical research on actual issues of military psychology, military economy, military geography, geospatial support and law are presented.

For researchers, faculty members, postgraduate students, students and cadets.

Наведено результати теоретичних, практичних і прикладних досліджень з актуальних проблем військової психології, військової економіки, військової географії, геопросторової підтримки і права.

Для наукових, науково-педагогічних працівників, ад'юнктів, аспірантів, студентів та курсантів.

EDITOR-IN-CHIEF	I. Tolok, PhD in Pedagogy, Ass. Prof.
EDITORIAL BOARD	B. Popkov, PhD in Military Sci., Senior Res. Ass. (Deputy Editor in Chief); O. Skriabin, PhD in Historical Sci. (Executive Secretary); O. Sokolina, PhD in Philosophy (Technical ed.); I. Bakhov, Dr of Sci. in Pedagogy, Prof.; A. Kalenskiy, Dr of Sci. in Pedagogy, Ass. Prof.; V. Ryzhykov, Dr of Sci. in Pedagogy, Prof.; N. Chernuha, Dr of Sci. in Pedagogy, Prof.; I. Yunyk, PhD in Pedagogy Sci., Ass. Prof.; A. Gordeev, Dr of Sci. in Geography, Prof.; S. Lisovskyi, Dr of Sci. in Geography, Senior Res. Ass.; E. Marunyak, Dr of Sci. in Geography, Senior Res. Ass.; V. Zacerkovnyy, Dr of Sci. in Technik, Prof.; K. Antypova, Dr of Sci. in Geography, Prof. (Belarus); B. Yakymchuk, PhD in Psycholog. Sci.; O. Kobets, Dr of Psycholog. Sci., Ass. Prof.; V. Karelin, Dr of Judicial Sci.; O. Beryslavs'ka, PhD of Judicial Sci.; O. Rozhko, Dr of Economic Sci., Prof.; V. Bayev, PhD in Economic Sci., Ass. Prof.
Address	Military Institute, 81, Lomonosova str., Kyiv, 03680; ☎ (38044) 521 32 89; tel./fax (38044) 521 32 92; E-mail: milvisnyk.knu@ukr.net; www.mil.univ.kiev.ua
Approved by the	Scientific Council of Military Institute (Protocol №10 of 18th March 2021)
Certified by the	Ministry of Justice of Ukraine State Certificate № 17617-6467P issued on 29.03.11
The Journal is included	The Journal is included in the category "B" of the list of scientific professional editions of Ukraine in the field of Pedagogy – specialties 011, 014, 015; in the field of Economy – specialty 072; in the field of Technical sciences – specialty 193 (order of the Ministry of Education and Science of Ukraine from №1471 dated 26.11.2020), Psychology –specialty 053; Law – specialty 081 (order of the Ministry of Education and Science of Ukraine №157 dated 09.02.2021).
Publisher	Taras Shevchenko National University of Kyiv, Publishing and Polygraphic Center "Kyiv University". Certificate included in the State Register DK №1103 of 31.10.02
Address of publisher	Publishing and Polygraphic Center "Kyiv University", 14, Taras Shevchenka Blvd., Kyiv, 01601, Ukraine, ☎ (38044) 239 31 72, 239 32 22; fax 239 31 28

ЗМІСТ

ПЕДАГОГІКА

Бурдюг О. Модель стимулювання наукового та викладацького складу в ЗВО України шляхом використання ІТ під час обміну знаннями з метою покращення результатів наукових публікацій	5
Городянська Л. Військово-педагогічна спрямованість підготовки військових фахівців	10
Ісламова О. Професійна мобільність як чинник готовності прикордонників до діяльності за фахом: вітчизняний та європейський досвід	13
Кузнєцова О., Златніков В. Підходи та ефективні методи викладання іноземної мови спеціального призначення	17
Пашук Ю., Каменцев Д., Пасічник С. Основні напрями вдосконалення мовної підготовки курсантів у межах академічного військового співробітництва	20
Рижиков В., Діденко О. Застосування системного підходу в процесі формування готовності майбутніх офіцерів ЗСУ до професійної діяльності: теорія і практика	24

ПСИХОЛОГІЯ

Каменюк Ю. Психологічні аспекти формування моделі патріотичного виховання курсантів в освітньому середовищі вищого військового навчального закладу	28
Рижкова Н. Обґрунтування змісту програми психопрофілактики синдрому емоційного вигорання військовослужбовців інженерних військ Збройних Сил України	33
Сафін О., Сорока О. Психологічні передумови дослідження професійного стресу в особливих умовах діяльності	39

ФІНАНСИ

Близнак Н., Погрецька О. Проблемні питання фінансового забезпечення військових частин у контексті переходу на стандарти НАТО	44
Щербина І., Пахольчук В. Інноваційне середовище в механізмі розвитку воєнно-економічного співробітництва України з іноземними державами	51

ПРАВО

Капінус О. Адміністративно-правові відносини щодо управління військовим майном	55
Копач Р., Остапенко І. Юридичний аспект виплати середнього розміру грошового забезпечення військовослужбовцям на підставі рішення суду	59
Севост'яненко Д. Аспекти правового регулювання чорного експорту товарів військового призначення та подвійного використання	62

ГЕОПРОСТОРОВА ПІДТРИМКА

Лукіянчук А., Сторубльов О. Вдосконалення методики моніторингу інформаційного простору за допомогою геоінформаційних систем	67
Савков П., Левінськова Н., Бондарчук Г., Постарниченко Н. Геоінформаційні системи моніторингу лісових ресурсів	71
Сосса Р. Розвиток топографічного картографування України	74

CONTENTS

PEDAGOGY

Burdiuh O. The model of motivating the higher education faculties of Ukraine by employing it in knowledge sharing to improve academic publications	5
Gorodianska L. Military-pedagogical orientation of military specialist training	10
Islamova O. Professional mobility as a factor of border guards readiness for professional activity: ukrainian and european experience	13
Kuznetsova O., Zlatnikov V. Approaches and effective methods of instruction in the foreign language for special purposes.....	17
Pashchuk Y., Kamentsev D., Pasichnyk S. Improvement of cadets' language training in the framework of academic cooperation.....	20
Ryzhykov V., Didenko O. Application of systematic approach in the process of forming the readiness of future officers for professional activity: theory and practice.....	24

PSYCHOLOGY

Kameniuk Yu. Formation of a model of patriotic education of students in the educational environment of the higher military educational institution.....	28
Ryzhkova N. Substantiation of the content of the program of psychoprophylaxis of the emotional burning syndrome the service officers of the engineering troops of the armed forces of Ukraine	33
Safin O., Soroka O. Psychological prerequisites for the study of occupational stress in special conditions of activity	39

FINANCE

Blyzniuk N., Pohretska O. The problematic issues of financial support of military units in the context of the transition to NATO standards	44
Shcherbyna I., Pakholchuk V. Innovative environment in the mechanism of development of military-economic cooperation of Ukraine with foreign states	51

LAW

Kapinus O. Administrative and legal relations of military property management.....	55
Kopach R., Ostapenko I. Legal aspect of payment of the average amount of cash supply to military servants on the basis of a court decision	59
Sevostianenko D. Aspects of legal regulation of military and dual-use goods black export	62

GEOSPATIAL SUPPORT

Lukiyanchuk A., Storubliov O. Improving the methodology of monitoring the information space using geographic information systems	67
Savkov P., Levinskova N., Bondarchuk G., Postarnichenko N. Geoinformation systems in forest resources monitoring.....	71
Sossa R. The development of topographic mapping of Ukraine	74

УДК [159.9:613] (075.8)

DOI: <https://doi.org/10.17721/1728-2217.2021.45.39-43>

О. Сафін, д-р психол. наук, проф.
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна
245440ss@gmail.com

ORCID ID 0000-0001-5745-8635,

О. Сорока, канд. психол. наук, доц.

Дунайський інститут Національного університету "Одеська морська академія", Ізмаїл, Україна

elkazej@gmail.com

ORCID ID 0000-0003-1637-3437

ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ ДІЯЛЬНОСТІ

Присвячено розгляду психологічних передумов дослідження професійного стресу в особливих умовах діяльності. Зазначено, що у сучасній психології представлено широкий спектр концепцій і відповідних їм моделей професійного стресу. Це різноманіття відображає відмінність дослідницьких позицій у розумінні того, що таке стрес і як це поняття може бути операціоналізовано. Окрім класичної дилеми у вихідному трактуванні терміну "стрес" як комплексу причин і чинників, що викликають підвищену напруженість діяльності та ускладнюють вирішення поведінкових завдань, або ж власне стану суб'єкта, що виникає при різного роду ускладненнях ситуації, в останні роки оформився ряд нових теорій та їхніх емпіричних додатків. Розробка більшості концепцій професійного стресу пов'язана з усвідомленням необхідності аналізу опосередкованих чинників і/або індивідуальних характеристик, які відіграють принципову роль у розвитку стресових реакцій та їхній фіксації у вигляді стійких негативних проявів. Дослідження у галузі професійного стресу у цілому мають емпіричну спрямованість і є описом різноманітних чинників, що зумовлюють розвиток стресу, способів і механізмів адаптації людини до умов робочої ситуації, набору діагностичних методик та оптимізаційних процедур. Розвиток стресу зумовлений великою кількістю причин, важливе місце серед яких посідають чинники психологічної та соціальної природи. Ступінь вираженості і феноменологія проявів стресу у конкретної людини залежать від особливостей емоційно-особистісної сфери, індивідуального досвіду і контексту групових та організаційних взаємодій, у межах яких здійснюється професійна діяльність.

Ключові слова: психологічні передумови, професійний стрес, адаптація людини, умови робочої ситуації, професійна діяльність.

Постановка проблеми. Наприкінці ХХ ст. Всесвітня організація охорони здоров'я назвала професійний стрес "хворобою ХІХ століття" через те, що цей вид стресу набув розмірів глобальної епідемії та зустрічається у будь-якій професії всіх країн світу. Не випадково професійний стрес виділено в окрему рубрику в Міжнародній класифікації хвороб (МКБ-10), існує рубрика F43 "Реакція на важкий стрес і порушення адаптації", що належить до розділу F40-F48 "Невротичні, пов'язані зі стресом і соматоформні розлади" [7]. Аналіз наукових досліджень, присвячених вивченню стресу у професійній діяльності людини, свідчить про те, що в останні десятиліття ця проблема є однією з найбільш актуальних у психологічній науці і практиці. На цей час, з одного боку, накопичено значну кількість досліджень з різних видів стресу – стресу життя, посттравматичного, професійного і т. п., а з іншого, багато авторів вказують складність, суперечливість і недостатність концептуальної та методологічної розробки зазначеного психологічного феномену.

Аналіз останніх досліджень. Прикладні дослідження і розробка різних програм подолання чи копіювання стресу пов'язані з його негативним впливом на ефективність діяльності і психічне здоров'я людини, насамперед це зростання кількості захворювань стресової етіології і, як наслідок, порушення працездатності активної частини населення, складнощі адаптації до нових видів і форм праці, розвиток станів зниженої працездатності, розвиток різних форм особистісного неблагополуччя (феномен відчуження праці, десоціалізація, професійна та особистісна деформація). Тому більшість проведених досліджень стресу має прикладний характер і спрямована на вивчення феноменології проявів стресу у професійній діяльності.

За майже 30 років незалежності України у державі сформувався потужна плеяда науковців, які створили істотний науковий доробок з проблеми професійного стресу в особливих умовах діяльності та шляхів її вирішення. У ЗСУ це такі науковці, як: В. Алещенко, В. Корольчук, В. Осьодло, О. Охременко, В. Стасюк, О. Хміляр, Ю. Широбоков; у Державній прикордонній службі України

– Н. Волинець, С. Мул, Є. Потапчук, Н. Потапчук, О. Матеюк; у Службі безпеки України – Н. Іванова, О. Фармагей, В. Шимко; у Міністерстві внутрішніх справ – Д. Александров, В. Барко, І. Ващенко, О. Землянська, В. Лефтеров, В. Медведєв, Л. Мороз, С. Яковенко; у Національній гвардії України – І. Приходько, О. Колесніченко; у Міністерстві з надзвичайних ситуацій – Г. Грибенюк, Р. Сірко, О. Тімченко, Н. Оніщенко, С. Миронець та ін.

Виклад основного матеріалу. Увага до розробки психологічної проблематики стресу пояснюється її безпосереднім зв'язком із життєво важливими вимогами сучасного життя. Труднощі в адаптації, нездатність подолати підвищені професійні навантаження, різні форми особистісного неблагополуччя – ось перелік проблем, які сьогодні справедливо сприймаються суспільством як безпосередня загроза якості життя і психічному здоров'ю людини.

Професійний стрес виражається у психічних і фізичних реакціях на напружені ситуації у трудовій діяльності людини. Специфіка поняття "професійний стрес" полягає в тому, що воно відображає особливості стресового стану (у його причинах, проявах і наслідках), яке виникає при здійсненні різних видів професійної діяльності. Важливим при цьому є не лише вивчення організаційних форм та умов здійснення діяльності на конкретних трудових постах, але й аналіз характерних особливостей проявів стресу залежно від змістовної специфіки професії. Тому професійні завдання і професійне середовище у цілому є тими головними утвореннями, у взаємозв'язку з якими розглядається розвиток стресу у професійній діяльності. У цьому контексті термін "професійний стрес" (англ. – *occupational stress*) є родовим для ряду таких понять, як "робочий стрес", "трудова стрес", "організаційний стрес" тощо і належить до рівня аналізу діяльності фахівця як члена певного професійного співтовариства.

У сучасній психології представлено широкий спектр концепцій і відповідних їм моделей професійного стресу. Це різноманіття відображає відмінність дослідницьких позицій у розумінні того, що таке стрес і як це поняття може бути операціоналізовано. Окрім класичної дилеми у вихідному трактуванні терміну "стрес" як комплексу

причин і чинників, що викликають підвищену напруженість діяльності та ускладнюють вирішення поведінкових завдань, або ж власне стану суб'єкта, що виникає за різного роду ускладнень ситуації, в останні роки оформився ряд нових теорій та їхніх емпіричних додатків [3]. Розробка більшості концепцій професійного стресу пов'язана з усвідомленням необхідності аналізу опосередкованих чинників і/або індивідуальних характеристик, які відіграють принципову роль у розвитку стресових реакцій та їхній фіксації у вигляді стійких негативних проявів. До таких базових моделей належать, наприклад: аддитивна модель суб'єктивних складових праці Дж. Р. Олдхема і Дж. Хакмана; двофакторна модель відповідальності і контролю Р. Карасека; модель особистісних модераторів К. Паркес; модель дисбалансу зусиль і підкріплення Й. Зіґріста тощо [1]. На перший погляд, така різноманітність теоретичних позицій та їхніх трактувань свідчить про невизначеність і навіть змістовну розмитість вихідного поняття "стрес". Із цього погляду, професійний стрес – це тільки поширений термін, який використовують як своєрідний "ярлик" для позначення мозаїчної картини розрізнених проблем, фактів і спостережень, пов'язаних зі змінами життєдіяльності людини в ускладнених умовах праці. Однак пильний аналіз найвідоміших моделей професійного стресу свідчить, що вони достатньо добре концептуально та емпірично обґрунтовані. Більше того, у логіці побудови цих моделей чітко простежується використання подібних конструктів, що дозволяють виокремити три основні типи концептуальних парадигм аналізу професійного стресу.

Парадигма відповідності у системі "особистість – середовище" – в основі екологічного підходу [2]. У цій парадигмі стрес розглядається як результат дисбалансу між вимогами навколишнього середовища (фізичного, трудового, соціального) і наявними ресурсами людини, що проявляється у формуванні широкого спектра негативних наслідків як з боку зниження ефективності праці, так і порушень фізичного здоров'я та особистісного благополуччя працюючих. *Процесуально-когнітивна парадигма*, що базується на психологічній моделі стресу Р. Лазаруса, оформилася у вигляді трансактного підходу [3]. Вона заснована на інтерпретації стресу як процесу розвитку індивідуально-особистісних форм адаптації до ускладнених умов діяльності. Його головними компонентами є когнітивна оцінка ситуації та актуалізація репертуару внутрішніх засобів подолання труднощів (у межах цього підходу розглядаються стратегії стрес-долаючої поведінки, тобто копінг-стратегії). *Парадигма регуляції станів* реалізується у межах регуляторного підходу [5]. У ній увага фіксується на аналізі стресу як особливого класу станів із багатою феноменологією, що виникають через зміни механізмів регуляції діяльності та поведінки при актуальному і пролонгованому впливі стресогенних чинників. Незважаючи на те, що у спеціальній літературі наведені парадигми зазвичай обговорюють як незалежні і в певному сенсі такі, що конкурують між собою, між ними не існує жорстких розмежувань або непримиренних суперечностей. Навпаки, у сукупності вони радше відображають різні "пласти" аналізу чинників і механізмів розвитку професійного стресу, які взаємодоповнюють один одного. Тому орієнтація на створення цілісних концепцій професійного стресу передбачає не лише критичний аналіз існуючих різночитань, а й пошук шляхів розробки більш потужної методології досліджень стресу, узагальнюючої накопичений методичний інструментарій для вирішення різного роду практичних завдань. Причиною сильного нервового перенапруження можуть бути умови праці: погане освітлення і вентиляція, тісне приміщення тощо. Чинни-

ками, що безпосередньо або побічно сприяють професійним стресам, можна також вважати дефіцит інформації і часу. Як вважають фахівці з професійних стресів, останні два чинники є фоном, на якому стресом може стати будь-яке додаткове роздратування [13].

Дослідження вчених переконливо свідчать про те, що професійний стрес без проведення профілактичних заходів призводить до депресії, зловживання алкоголем, наркотиками, а іноді до суїцидальної поведінки. Тривалий професійний стрес, у свою чергу, веде до виникнення синдрому емоційного вигорання. Дослідження стану стресу у професійній діяльності свідчать про те, що феноменологічно і в аспекті особливостей механізмів регуляції професійний стрес є специфічним видом стресових станів, який відображає фізіологічні та психологічні особливості його розвитку [8]. Як свідчать результати досліджень, зміст та умови реалізації професійної діяльності, інтенсивність навантажень специфічним чином впливають на рівень стресогенності професійної ситуації у цілому і призводять до наростання напруженості праці. Представники певної професійної спільності відчують стрес, джерела якого перебувають у самому змісті професійної діяльності. До негативних наслідків професійного стресу належать форми гострих стресових станів та їхня фіксація у вигляді стійких порушень психічного здоров'я – різних форм дезорганізації індивідуальної та групової поведінки, характерних професійно-особистісних деформацій і психосоматичних розладів.

У наукових працях зазначають, що професійний стрес виникає і у співробітників, які недостатньо навантажені роботою, і у тих, які вважають, що не можуть повною мірою реалізувати власний професійний потенціал та здатні на більше. Виокремлюють достатньо велику кількість видів професійного стресу, які можуть бути викликані різними чинниками, пов'язаними з трудовою діяльністю, роллю працівника в організації, взаємовідносинами на роботі, діловою кар'єрою, організаційною структурою та психологічним кліматом, неорганізаційними чинниками. Наявні класифікації професійного стресу розрізняють за ступенем деталізації та концептуальними підходами. Наприклад, Ю. Щербатих усі чинники, що викликають виробничий стрес, пропонує умовно розділити на об'єктивні (ті, що мало залежать від особистості працівника) і суб'єктивні (розвиток яких більше залежить від самої людини) [13].

До першої групи (об'єктивні чинники стресу) належать шкідливі характеристики виробничого середовища, важкі умови роботи і надзвичайні (форс-мажорні) обставини. Слід зазначити, що деякі види діяльності спочатку припускають наявність стресогенних чинників, пов'язаних з особливостями виробництва. У деяких видах діяльності ці шкідливі чинники діють комбіновано. Ці чинники виробничого середовища первинно сприяють розвитку біологічного стресу, який потім може ускладнюватися стресом психологічним. Неприятливими умовами праці, що провокують розвиток виробничого стресу, можна вважати високий темп діяльності (професійний спортсмен), тривалу роботу (шофер далеких рейсів), "рваний" темп діяльності (лікар швидкої допомоги), підвищену відповідальність (авіадиспетчер), значні фізичні навантаження (вантажник) і т. п. Додатковими чинниками стресу є різні надзвичайні (форс-мажорні) ситуації, які можуть набувати різного характеру залежно від специфіки праці.

Друга група (суб'єктивні чинники стресу) містить два основних різновиди: міжособистісні (комунікаційні) і внутрішньоособистісні стреси. Перші можуть виникати при спілкуванні з вищими посадовими особами, підлеглими і колегами по роботі (рівностатусними працівниками). Керівник досить часто є джерелом стресу для

свого підлеглого, у якого може виникати стійке психологічне напруження з найрізноманітніших причин: через надмірний контроль із боку керівника, через його завищені вимоги, недооцінку його праці, відсутність чітких вказівок та інструкцій, грубого або зневажливого ставлення до себе з боку начальника і т. п. У свою чергу, підлеглі стають джерелами стресу для своїх начальників через власну пасивність, зайву ініціативність, некомпетентність, злодійство, лінь і т. п. Особи, які не працюють у конкретній організації, але контактують з нею, також можуть бути джерелом стресів для співробітників організації.

Внутрішньоособистісні стреси, у свою чергу, можна поділити на професійні, стреси особистісного характеру і стреси, пов'язані з поганим соматичним здоров'ям працівників. Професійні причини стресів зумовлені нестачею знань, вмінь і навичок (стрес новачків), а також відчуттям невідповідності між працею і винагородою за неї. Причини стресів особистісного характеру мають неспецифічний характер і зустрічаються у працівників найрізноманітніших професій. Зазвичай це низька самооцінка, невпевненість у собі, страх невдачі, низька мотивація, невпевненість у своєму майбутньому і т. п. Джерелом виробничих стресів може бути і стан здоров'я людини. Зокрема, хронічні захворювання можуть призводити до стресів, оскільки вони вимагають підвищених зусиль для їхньої компенсації і знижують ефективність діяльності працівника, що може відбитися на його авторитеті та соціальному статусі. Гострі захворювання також є джерелом переживань як за рахунок соматопсихічних зв'язків, так і побічно, "вимикаючи" на час працівника із трудового процесу (що тягне за собою фінансові втрати і необхідність заново адаптуватися до виробництва). Деякі види діяльності можуть призводити і до професійних, і до побутових стресів, наприклад водіння автомобіля. З одного боку, багато професійних водіїв відчувають стреси, пов'язані з їхньою роботою, але подібні стреси відчувають і мільйони людей інших професій, які використовують автомобіль для переміщення на роботу або у своїх справах [13].

Вчені-дослідники Б. Овчинников і А. Колчев на основі аналізу численних класифікацій чинників виникнення професійного стресу виокремлюють чотири групи потенційно стресогенних чинників, властивих для будь-якої професійної діяльності: комунікативні, інформаційні, емоційні, фізіолого-гігієнічні [9]. Насправді, як стверджують вищезазначені автори, чинників набагато більше, до того ж деякі професії характеризуються унікальними, і лише їм притаманними стресогенними впливами. У поєднанні з предметом праці, її метою і змістом стресогенний профіль створює психологічний "портрет" професії – простий або складний, стереотипний або своєрідний.

Стресові чинники комунікативної природи – це група комунікативних чинників, що належать до соціально-психологічного аспекту професійної діяльності, вона визначає місце фахівця у професійній організації. Відомо, що більшість стресогенних чинників належать до комунікативних. Людське спілкування за своєю природою є конфліктогенним. Серед комунікативних чинників насамперед необхідно виокремити два. Перший із них описує вертикальну, а другий – горизонтальну структуру спілкування. "Вертикальний" чинник має особливу значущість у жорстко регламентованих професійних структурах (напр., силових). Однак і в будь-якому випадку стресогенність пов'язана з рівнем ієрархії, на якому перебуває фахівець. Чим більше людей перебувають у прямому підпорядкуванні, тим вище напруженість праці керівника. Не випадково інфаркт міокарда називають "хворобою керівників". Владі над людьми властива не лише стимулююча, але й обтяжлива дія. Чим вище ешелон влади, у межах якого працює людина, тим менше вона належить

сама собі, тим більший тиск вертикального комунікативного чинника він відчуває. За аналогією з військовими структурами можна виокремити стратегічний (вища ланка), оперативний (середня ланка) і тактичний рівні керівництва. Найменша стресогенність за цим чинником характеризує професії виконавчого типу з мінімальною кількістю або повною відсутністю підлеглих (т. зв. "робочі" професії або професії допоміжного персоналу). Найбільшою стрес-толерантністю щодо "вертикального" чинника мають особистості з високорозвиненими якостями природженого лідера (вольові, владні, авторитетні, наполегливі та емоційно витримані). Вони здатні до тривалої та успішної керівної роботи, не завдаючи тим самим шкоди своєму здоров'ю.

"Горизонтальний" чинник пов'язаний із неформальним спілкуванням поза системою підпорядкованості. Очевидно, що професіонали, ізольовані під час роботи від суспільства, страждають від соціальної депривації. Це властиво роботі космонавтів, полярників, геологів, метеорологів, водолазів, моряків дальнього плавання та інших фахівців. Дослідження особистісного адаптаційного потенціалу моряків в екстремальних умовах дозволили О. Маклакову визначити такі чинники, від яких залежить стійкість до стресу особистості: нервово-психічна стійкість, самооцінка особистості, особистісна референтність, ступінь конфліктності, досвід соціального спілкування, моральна нормативність особистості. Самооцінка, на думку вченого, є ядром саморегуляції та визначає ступінь адекватності сприйняття умов діяльності, а також власних можливостей. Особистісна референтність – відчуття соціальної підтримки, що обумовлює почуття особистої значущості для навколишніх. Моральна нормативність особистості визначає ступінь її орієнтації на існуючі в суспільстві норми і правила поведінки [6]. Можливе виокремлення таких градацій горизонтального комунікативного чинника (у напрямі зниження стресогенності): замкненість у мікрогрупі (5–7 осіб); спілкування, обмежене малою групою (до 30 осіб); спілкування у великій групі (100 осіб). На полюсі мінімальної стресогенності відповідного чинника – професії із вільним (нерегламентованим) спілкуванням у необмежено великих групах людей. Будь-які стресові переживання можуть у такому середовищі знайти швидку розрядку у зв'язку з потенційним різноманіттям форм стихійної психологічної допомоги. Подолати стрес-чинники соціальної обмеженості здатні особи, що володіють широким і гнучким комунікативним потенціалом (толерантні, адаптивні, доброзичливі та емпатійні, тактовні і ввічливі, самостійні і незалежні, які не страждають соціофобією). Тривале функціонування у складі замкненої малої групи не викликає у них напруги, не призводить до залишкового емоційного "отруєння".

Інформаційні чинники стресу – це група чинників, яка пов'язана зі структурою діяльності, її операційним складом. Найважливішими серед них можна вважати ступінь алгоритмізації та евристичності. Алгоритмізація відображає послідовність і впорядкованість професійних операцій. Зазвичай вони регламентовані відповідними інструкціями і розпорядженнями, які можуть мати різний ступінь жорсткості. Найбільшу складність мають види діяльності, у яких способи вирішення професійних завдань невизначені, різноманітні, ситуативні, а алгоритм містить лише проміжні і кінцеві цілі. Така робота лікаря, психолога, слідчого, науковця у прикладних сферах, працівників літератури і мистецтва, інженерів, конструкторів, діячів реклами та інших сфер бізнесу і т. п. Стресогенний вплив відповідного чинника зменшується, коли з'являється можливість будувати нові алгоритми з раніше невідомих елементів (блоків); добирати потрібний алго-

ритм із наявного переліку; вибудувати відомі алгоритми в певному порядку. На протилежному полюсі – чинник професії із найвищим рівнем алгоритмізації, у яких послідовність дій відома заздалегідь і незмінна. За наявності добре сформованих навичок така діяльність може здійснюватись як би автоматично, не завантажуючи повністю свідомості суб'єкта і забезпечуючи тим самим мінімальну напруженість. Однак при цьому може наступати стан монотонії, який викликає відмову від діяльності внаслідок зниження загального рівня неспання. Успішна професійна діяльність в умовах алгоритмічної невизначеності вимагає розвитку таких якостей особистості, як ініціативність, підприємливість, лабільність, відкритість до змін і швидка зміна стереотипів. Спеціалісти повинні мати розвинену інтуїцію і здатність до надситуативної активності. Чинником стрес-толерантності для таких професій є також здатність до ризику. Наявність зазначених властивостей забезпечує збереження професійного здоров'я.

Евристичність діяльності відображає її творчу природу, неможливість вирішити професійні завдання відомими (хоча і різноманітними) способами. Природно, що максимальна евристичність викликає найбільші труднощі. Необхідність постійної імпровізації зустрічається у професійній сфері не так вже й часто. Зниження евристичного компонента можна уявити у вигляді таких градацій: організована (структурована) творчість (напр., художній розпис, гравірування, різьблення по дереву); включення творчих елементів у структуру діяльності (напр., робота екскурсовода, викладача, медичної сестри). Протилежний полюс цього чинника зводить творчий компонент нанівець або повністю виключає його. У таких професіях безумовне, скрупульозне, стереотипне виконання є необхідною ознакою якісної та ефективної роботи. Успішність в евристично насичених видах діяльності досягається за наявності у працівника творчого потенціалу. Цю природну якість може бути розвинуто і відшліфовано специфічним індивідуально орієнтованим вихованням та навчанням. Творчість передбачає певну стабільність емоційної сфери, емоціостазис. Адекватна самооцінка власних творчих здібностей забезпечує збереження професійного здоров'я фахівців такого типу.

Стресогенні чинники емоційного характеру – це група емоціогенних чинників праці, яка має найбільш очевидні і тісні зв'язки з емоційним стресом. Першим із них є чинник відповідальності, що відображає пряму соціальну значущість діяльності, ступінь впливу фахівця на долі інших людей, ціну його можливих помилок. На полюсі максимальної складності розташовано професії, пов'язані з відповідальністю за життя багатьох людей. Такими можна вважати роботу екіпажів повітряних суден, авіадиспетчерів і керівників польотів, машиністів залізничного транспорту, працівників екологічно небезпечних виробництв, моряків дальнього плавання. Із високою відповідальністю пов'язана також робота рятувальників, пожежників, підричників, саперів, водіїв автобусів і великовантажних автомобілів. Особливо слід вказати на діяльність воєначальників і працівників держaparату високого рангу.

Зниження інтенсивності чинника відповідальності можна представити у вигляді таких градацій: відповідальність за життя окремих людей (водій таксі і маршрутного таксі, кранівник); відповідальність за здоров'я людей (лікар, медсестра, спортивний тренер, вихователь дитячого садка, інженер з техніки безпеки); відповідальність за соціальний добробут людей (соціальний працівник, психолог, юрист). На полюсі мінімальної складності розташовані професії, які напряму не впливають на життя, здоров'я і благополуччя людей. Такими можна вважати, наприклад, зв'язківців, працівників сільського, лісового

господарства та екологічно безпечних виробництв, працівників культурної сфери, фінансового бізнесу тощо. Відповідальна професійна діяльність пред'являє до особистості серйозні вимоги, що не піддаються, проте, точному формулюванню. Як відомо, відповідальність – одне з найбільш важливих проявів зрілої особистості, повністю позбавленої психопатичних та адиктивних рис. Оцінка цієї якості з найбільшою надійністю досягається біографічним методом.

Другим з емоціогенних чинників є небезпека праці для здоров'я і життя самого працівника, ступінь вітальної загрози. З найбільшою небезпекою повсякденно стикаються шахтарі, водолази, льотчики, підводники, верхолази, міліціонери та оперативні працівники силових структур, співробітники спецпідрозділів, пожежники, які мають справу з вибуховими, вогнебезпечними, токсичними і радіоактивними речовинами, професійні спортсмени деяких видів спорту, кіно-каскадери, артисти цирку, моряки дальнього плавання тощо [4, 10–12].

Професійна успішність у небезпечних видах діяльності забезпечується високою стрес-толерантністю, емоційно-вольовою стійкістю, здатністю до виправданого ризику, сміливістю. Відомо, що ці якості розвиваються лише на біологічній основі. При недостатньому рівні їхнього розвитку підвищується ризик невротичних (тривожних) розладів і психосоматичних захворювань. Ефективно протистояти впливу шкідливих чинників середовища можуть люди, що володіють міцним здоров'ям, великим запасом функціональних резервів, тренувані і загартовані. В іншому випадку підвищується ризик професійних захворювань.

Другий чинник відображає ритмічність праці, співвідношення його режиму з біологічними ритмами організму. Найбільша напруга викликає "рваний" режим, при якому діяльність неритмічна та непередбачувана, оскільки визначається зовнішніми обставинами. Професіонал змушений підтримувати оптимальний робочий стан протягом тривалого часу (доба і більше), при цьому повноцінний відпочинок неможливий. На другому рівні складності з цього чинника будуть перебувати професії, пов'язані з вахтовими режимами, роботою у пізній вечірній та нічний час. На третьому рівні – професії зі звичайним денним 8-годинним режимом праці. Найменшу напругу за чинником ритмічності викликають професії з вільним режимом праці та відпочинку, у яких фахівці самі планують свій робочий час, не будучи жорстко пов'язаними зовнішніми обставинами. Успішна діяльність у "рваному" режимі вимагає приблизно тих самих професійних якостей, що і робота у вкрай шкідливих умовах праці. До цих вимог додається висока самоорганізація, високорозвинені вольові якості, ефективна психічна саморегуляція. Вони дозволяють уникнути нервових зривів, зумовлених десинхронізом та іншими стресогенними захворюваннями.

Висновки. Таким чином, дослідження в галузі професійного стресу у цілому мають емпіричну спрямованість і є описом різноманітних чинників, що обумовлюють розвиток стресу, способів і механізмів адаптації людини до умов робочої ситуації, набору діагностичних методик та оптимізаційних процедур. Розвиток стресу зумовлений великою кількістю причин, важливе місце серед яких посідають чинники психологічної та соціальної природи. Ступінь вираженості і феноменологія проявів стресу у конкретної людини залежать від особливостей емоційно-особистісної сфери, індивідуального досвіду та контексту групових і організаційних взаємодій, у межах яких здійснюється професійна діяльність.

Список використаної літератури

1. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В. А. Бодров. – Москва : ПЕР-СЭ, 2006. – 528 с.

2. Касл С. В. Эпидемиологический подход к изучению стресса в труде. Психология труда и организационная психология: современное состояние и перспективы развития : хрестоматия / С. В. Касл ; под ред. А. Б. Леоновой, О. Н. Чернышевой. – Москва, 1995. – С. 144–178.
3. Кокс Т. Трансактный подход к изучению производственного стресса. Психология труда и организационная психология: современное состояние и перспективы развития : хрестоматия / Т. Кокс, К. Маккей ; под ред. А. Б. Леоновой, О. Н. Чернышевой. – Москва, 1995. – С. 205–224.
4. Криворотко Г. С. Психологічна характеристика особливих умов діяльності моряків далекого плавання / Г. С. Криворотко // Наук. вісн. Львів. держ. ун-ту внутрішніх справ, 2012. – № 2. – Ч. 1. – С. 400–408.
5. Леонова А. Б. Комплексная стратегия анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике и коррекции / А. Б. Леонова // Психолог. журн., 2004. – №2. – С. 75–85.
6. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А. Г. Маклаков // Психолог. журн., 2001. – Т. 22, № 1. – С. 16–24.
7. Международная классификация болезней (10-й пересмотр). Классификация психических и поведенческих расстройств : клин. описания и указ. по диагностике ; пер. с англ. Всемирная организация здравоохранения. – Киев : Факт, 1999. – 270 с.
8. Митина О. В. Исследование взаимосвязи личностных характеристик и динамики эмоциональной сферы в ситуации длительного стресса / О. В. Митина, А. М. Перпер, Л. Ш. Абдуллаева // Психолог. исследования, 2019. – Т. 12. № 63. URL: <http://psystudy.ru/index.php/pum/2019v12n64/1701-rasskazova64.html> (дата звернення: 12.10.2020)
9. Овчинников Б. В. Профессиональный стресс и здоровье / Б. В. Овчинников, А. И. Колчев // Психология профессионального здоровья ; под ред. Г. С. Никифорова. – Санкт-Петербург, 2006. – С. 204–213.
10. Побідаш А. Ю. Психологічні особливості життєвої стійкості моряків – жертв піратського погрому : дис. ... канд. психол. наук / А. Ю. Побідаш. Харків : Нац. ун-т цивільного захисту України, 2012. – 296 с.
11. Сорока О. М. Формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях : дис. ... канд. психол. наук / О. М. Сорока. – Хмельницький : НА ДПСУ ім. Б.Хмельницького, 2018. – 290 с.
12. Терновский В. Б. Из опыта подготовки моряков по вопросам противодействия вооруженным нападениям на суда и предотвращение пиратских нападений / В. Б. Терновский // Морська освіта, 2011. – № 12. – С. 24–27.
13. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции / Ю. В. Щербатых. – Санкт Петербург : Питер, 2006. – 256 с.

References

1. Bodrov V.A. (2006) Psihologicheskij stress: razvitie i preodolenie [Psychological stress: development and overcoming]. M.: PER-SJe. 528 s. (in Russian)
2. Kasl S.V. (1995) Jepidemiologicheskij podhod k izucheniju stressa v trude [An Epidemiological Approach to the Study of Work Stress]. Psihologija truda i organizacionnaja psihologija: sovremennoe sostojanie i perspektivy razvitiya. Hrestomatija / Pod red. A.B. Leonovoj, O.N. Chernyshevoj. M. S.144-178 (in Russian).

3. Koks T., Makkej K. (1995) Transaktnyj podhod k izucheniju proizvodstvennogo stressa. Psihologija truda i organizacionnaja psihologija: sovremennoe sostojanie i perspektivy razvitiya [A Transactional Approach to Studying Work Stress]. Hrestomatija / Pod red. A.B. Leonovoj, O.N. Chernyshevoj. M. S.205-224 (in Russian).
4. Kryvorot'ko G.S. (2012) Psihologichna harakterystyka osoblyvykh umov dijal'nosti morjakiv dalekogo plavannja [Psychological characteristics of special conditions of long-distance sailors]. Naukovyj visnyk L'viv'skogo derzhavnogo universytetu vnutrishnih sprav. №2. Ch.1. S. 400-408 (in Ukrainian).
5. Leonova A.B. (2004) Kompleksnaja strategija analiza professional'nogo stressa: ot diagnostiki k profilaktike i korrekcii [A comprehensive strategy for analyzing occupational stress: from diagnosis to prevention and correction] // Psihologicheskij zhurnal. №2. S. 75-85. (in Russian).
6. Maklavov A.G. (2001) Lichnostnyj adaptacionnyj potencial: ego mobilizacija i prognozirovanie v jekstremal'nyh uslovijah [Personal adaptive potential: its mobilization and forecasting in extreme conditions]. Psihologicheskij zhurnal. T.22. №1. S. 16-24. (in Russian).
7. Mezhdunarodnaja klacifikacija boleznej (10-j perecmotr). Klacifikacija pcixicheckix i povedencheckix racstrojctv: klin. opicanija i ukaz. po diagnostike [International classification of diseases (10th revision). Classification of mental and behavioral actions: wedge. Description and indication. by diagnostics]: [per. c angl.]. (1999). Vcemirnaja organizacija zdorvooxranija. K. : Fakt. 270 c. (in Russian).
8. Mitina O.V., Perper A.M., Abdullaeva L.Sh. (2019) Issledovanie vzaimosvjazi lichnostnyh harakteristik i dinamiki jemocional'noj sfery v situacii dlitel'nogo stressa [Study of the relationship between personal characteristics and dynamics of the emotional sphere in a situation of prolonged stress]. Psihologicheskie issledovanija. T.12. №63. <http://psystudy.ru/index.php/num/2019v12n64/1701-rasskazova64.html> (data zvernennja: 12.10.2020) (in Russian).
9. Ovchinnikov B.V., Kolchev A.I. (2006) Professional'nyj stress i zdorov'e [Occupational stress and health]. Psihologija professional'nogo zdorov'ja. Pod red. G.S. Nikiforova. SPb. S.204-213. (in Russian).
10. Побідаш А.Ю. (2012) Psihologichni osoblyvosti zhyttjevoi' stijkosti morjakiv – zhertv pirats'kogo polonu [Psychological features of life stability of sailors – victims of pirate captivity]: dys. kand. psyhol. nauk. Nacional'nyj universytet cyvil'nogo zahystu Ukrai'ny. Harkiv, 2012. 296 s. (in Ukrainian).
11. Soroka O.M. (2018) Formuvannja psihologichnoi' gotovnosti majbutnih fahivciv mors'kogo transportu do profesijnoi' dijal'nosti v ekstremaal'nyh sytuacijah [Formation of psychological readiness of future specialists of sea transport for professional activity in extreme situations]: dys. kand. psyhol. n. Hmel'nyckyj: NA DPSU im. B. Hmel'nyck'ogo. 290 s. (in Ukrainian).
12. Ternovskij V.B. (2011) Iz opyta podgotovki morjakov po voprosam protivodejstvija vooruzhennym napadenijam na suda i predotvrashhenie piratskih napadenij [From the experience of training seafarers in countering armed attacks on ships and preventing pirate attacks]. Mors'ka osvita. №12. S.24-27. (in Russian).
13. Shherbatyh Ju.V. (2006) Psihologija stressa i metody korrekcii [Psychology of stress and methods of correction]. SPb.: Piter. 256 s. (in Russian).

Надійшла до редколегії 18.01.21

O. Safin, Dr of Psychological Sci., Prof.
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine
245440ss@gmail.com

ORCID ID 0000-0001-5745-8635

O. Soroka, PhD in Psychology Sci., Ass. Prof.

Danube Institute of the National University "Odessa marine academy", Izmail, Ukraine

elkazej@gmail.com

ORCID ID 0000-0003-1637-3437

PSYCHOLOGICAL PREREQUISITES FOR THE STUDY OF OCCUPATIONAL STRESS IN SPECIAL CONDITIONS OF ACTIVITY

The article is devoted to the consideration of psychological preconditions for the study of professional stress in special conditions of activity. It is noted that modern psychology presents a wide range of concepts and corresponding models of occupational stress. This diversity reflects the difference in research positions in understanding what stress is and how this concept can be operationalized. In addition to the classic dilemma in the initial interpretation of the term "stress" as a set of causes and factors that cause increased tension and complicate the solution of behavioral problems, or the actual state of the subject, which arises from various complications, in recent years a number of new theories and their empirical applications. The development of most concepts of occupational stress is associated with the awareness of the need to analyze indirect factors and / or individual characteristics that play a fundamental role in the development of stress reactions and their fixation in the form of persistent negative manifestations. Research in the field of occupational stress in general has an empirical focus and is a description of various factors that determine the development of stress, methods and mechanisms of human adaptation to working conditions, a set of diagnostic techniques and optimization procedures. The development of stress is due to a large number of reasons, an important place among which are factors of psychological and social nature. The severity and phenomenology of stress in a particular person depend on the characteristics of the emotional and personal sphere, individual experience and the context of group and organizational interactions within which professional activities are carried out.

Keywords: psychological preconditions, occupational stress, human adaptation, working conditions, professional activity.

Наукове видання



ВІСНИК

КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

ВІЙСЬКОВО-СПЕЦІАЛЬНІ НАУКИ

Випуск 1 (45)

Оригінал-макет виготовлено Видавничо-поліграфічним центром "Київський університет"

Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за підбір, точність наведених фактів, цитат, економіко-статистичних даних, власних імен та інших відомостей. Редколегія залишає за собою право скорочувати та редагувати подані матеріали.



Формат 60x84^{1/8}. Ум. друк. арк. 9,18. Наклад 300. Зам. № 221-10000.
Гарнітура Arial. Папір офсетний. Друк офсетний. Вид. № В 1.
Підписано до друку 23.03.21

Видавець і виготовлювач
ВПЦ "Київський університет"

Б-р Тараса Шевченка, 14, м. Київ, 01601, Україна
☎ (38044) 239 32 22; (38044) 239 31 72; тел./факс (38044) 239 31 28
e-mail: vpc_div.chief@univ.net.ua; redaktor@univ.net.ua
http: vpc.univ.kiev.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 1103 від 31.10.02