УДК 331.54.007:355.1 (043.2)

Курбала М.С.
Національний авіаційний університет, Київ

ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ СТІЙКОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНИХ СТРЕСОРІВ ІНЖЕНЕРІВ-РОЗРОБНИКІВ РАДІОЕЛЕКТРОННИХ СИСТЕМ ДЛЯ МОДЕРНІЗАЦІЇ БОЙОВИХ ЛІТАКІВ

Професійний стрес – багатогранний феномен, що виражається в психічних і соматичних реакціях на напружені ситуації в трудовій діяльності людини. На даний час він виділений в окрему рубрику в Міжнародній класифікації хвороб. (МКБ-10: Z73: "стрес, пов'язаний з труднощами керування своїм життям"). А.Б.Лєонова стверджує, що професійний стрес виникає в результаті невідповідності вимог робочого середовища і індивідуальних ресурсів, ресурсів працівника, що створює потенційну загрозу для успішності трудової діяльності, здоров'я. Тривала, хронічна дія професійних стресорів призводить до такого синдрому як "професійне вигорання". Воно в свою чергу веде до виснаження емоційно-енергійних і особистісних ресурсів працюючої людини.

Постійна дія професійних стресорів може як наслідок позначитися на здоров'ї, як психічному, так в подальшому, і фізичному, спричиняти виникнення психосоматичних захворювань. Такий вплив далі «по ланцюжку» може призвести до поступового погіршення практично у всіх сферах життя людини.

Розглядаючи особливості діяльності інженерів-розробників, можна зазначити, що їх діяльність насичена великою кількістю факторів,що можуть спричиняти значне стресове навантаження, це, наприклад, підвищена відповідальність, постійна нехватка часу для здачі роботи, значне розумове напруження, технічні ризики,робота понаднормово і, як наслідок, погіршення спілкування з близькими.

Водопьянова Н.Е. надає досить широке тлумачення цьому поняттю: це внутрішні та зовнішні змінні, що сприяють психологічній стійкості в стресогенних ситуаціях; це «засоби (інструменти), які використовуються ним для трансформації взаємодії зі стресогенною ситуацією. Нас цікавлять саме особистісні ресурси, саме вони можуть допомогти людині справитись з професійним стресом самостійно і цим самим допомагати їй адаптуватися до досить напружених умов праці. Особистісні ресурси можуть бути представлені як система здібностей людини до усунення протиріч особистості з життєвим середовищем, подолання несприятливих життєвих обставин за допомогою трансформації ціннісно-смислового виміру особистості. Інакше кажучи, особистісні ресурси виступають як системна, інтегральна характеристика особистості, що дозволяє долати важкі життєві ситуації.

Які внутрішні ресурси допомагають вберегтися від професійного вигорання? Варто дізнатись, які умови потрібно створювати працедавцям, щоб інженери мали можливість розробляти якісний продукт не втрачаючи себе.

Науковий керівник – Луппо С.Є., ст. викл.