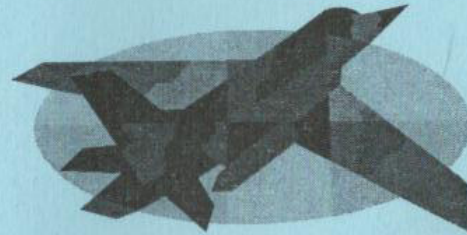


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний авіаційний університет

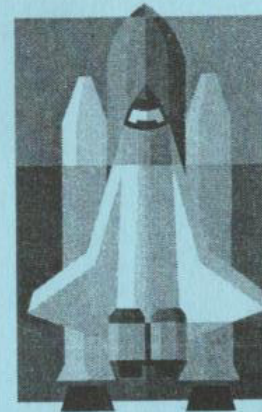


МАТЕРІАЛИ

III Всеукраїнської науково-практичної конференції

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
ПСИХОЛОГІЇ ДІЯЛЬНОСТІ
В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ**

19-20 лютого 2008 р.



Київ 2008

УДК: 009 (082)

Актуальні проблеми психології діяльності в особливих умовах: матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції 19-20 лютого 2008 р. / за заг. ред. О.В.Петренка, О.М.Ічанської. – К.: НАУ, 2008. – 144 с.

Містить матеріали доповідей щорічної науково-практичної конференції з проблем психології діяльності в особливих умовах.

Організаційний комітет

Голова оргкомітету:

В.П. Харченко, д-р тех.н., проф., проректор з наукової роботи
Національного авіаційного університету

Заступник голови оргкомітету:

О.В. Петренко, к.психол.н., доц., завідувач кафедри
авіаційної психології, заступник директора з наукової роботи
Гуманітарного інституту НАУ

Члени оргкомітету:

проф. Л.Ф. Бурлачук
доц. Т.В. Вашека
доц. О.М. Долгова
ст. викл. В.В.Злагодух
доц. О.М. Ічанська
проф. Г.В.Ложкін

проф. О.Р. Малхазов
доц. О.М. Назарук
доц. Л.В. Помиткіна
доц. О.В. Сечейко
проф. В.О. Татенко
доц. С.М. Хоружий

Секретаріат конференції

В.В.Злагодух (голова секретаріату)
Е.І.Кологривова
О.В.Івачевська

Рекомендовано до друку вченою радою Гуманітарного інституту НАУ (Протокол №4 від 14 лютого 2008 р.)

© Національний авіаційний
університет, 2008

полягає у тому, щоб психологи та керівний склад пожежних частин мали можливість відслідковувати динаміку настроїв рятувальників, їх бажання виконувати службові обов'язки, а також підтримувати необхідний рівень психологічної готовності щодо питань професійної діяльності.

Психологічне прогнозування - логічне обґрунтування виведення про найбільш вірогідну динаміку поведінки й розвиток окремих особистостей і підрозділів, а також процесів їх взаємодії. Суть прогнозування в цьому випадку полягає у визначенні міжособистісних стосунків та можливості прогнозування шляхів їх подальшого розвитку.

Вироблення програми корекції передбачає вдосконалення стилю керівництва і міжособистісних взаємовідносин між товаришами по професійній діяльності у групах рятувальних робіт, а також оптимізацію спільної життєдіяльності. Корекція здійснюється у два етапи. На *першому етапі* проводиться індивідуальне консультування рятувальників. На *другому етапі* проводяться заходи психотерапії рятувальників [1].

Література

1. Надання психологічної допомоги та здійснення психологічної роботи в системі Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи. Методологія, форми і методи: Методичні рекомендації / Укл.: Комаров О.В., Комаров О.В. - К., 2004. - 78 с.

Анна Сухаревська
м. Київ.

Фактори виникнення стресу та його особливості

Стрес — це те, з чим людина стикається постійно. Шкідливий надмірний стрес, який характеризується надмірним психологічним чи фізіологічним напруженням. Психологічні прояви стресу включають роздратованість, втрату апетиту, депресію. Фізіологічні прояви стресу — це виразки, мігрень,

гіпертонія, біль у серці, астма. Стрес може бути викликаний факторами пов'язаними з працею і діяльністю організації або подіями в особистому житті індивідуума.

Організаційні фактори. Найбільш поширеною і зрозумілою причиною стресу в організаціях є перевантаження або мала завантаженість на роботі.

Другою причиною є конфлікт ролей, який виникає, коли до працівника висуваються суперечливі вимоги або при порушенні принципу єдиноначальності (одержання підлеглим розпоряджень, що суперечать один одному). Третій фактор — невизначеність ролей, тобто ситуація, коли працівник не розуміє, його від нього хочуть. Четвертий фактор — нецікава робота. Крім цих факторів, стрес може виникнути внаслідок незадовільних фізичних умов праці, наприклад, відхилень у температурі приміщення, поганого освітлення чи надмірного шуму.

Особисті фактори. Праця становить основний аспект життя більшості людей, однак тільки нею не обмежується життєдіяльність. Причина багатьох стресових ситуацій часто буває поза роботою — в сім'ї чи в більш широкому соціальному середовищі. До таких причин належать: смерть близьких, розлучення, хвороба чи серйозне тілесне ушкодження, укладення шлюбу, звільнення з роботи.

Уникнути стресового стану можна, додержуючи рекомендацій. Необхідно розробити систему пріоритетів у роботі, оцінивши всі види робіт, таким чином: на сьогодні, на пізніше та коли буде час. Потрібно вміти сказати ні, коли досягаєте межі, за якою вже ви не можете взяти на себе більше роботи. Необхідно також щодня знаходити час для відпочинку.