

3.7. THEORETICAL ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF VOLUNTARY REGULATION ON THE PROFESSIONAL ADAPTATION OF EMPLOYEES OF THE STATE EMERGENCY SERVICE OF UKRAINE

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВПЛИВУ ВОЛЬОВОЇ РЕГУЛЯЦІЇ НА ПРОФЕСІЙНУ АДАПТАЦІЮ ПРАЦІВНИКІВ ДСНС

Сучасний світ висуває до особистості певні вимоги, які спрямовані на підвищення рівня адаптованості до навколишніх умов: соціальне середовище весь час знаходиться в стані змін і вимагає від людини активності, динамічності, конкурентоспроможності. Об'єднуючою ланкою між світом та людиною виступає вольова регуляція поведінки, яка бере активну участь у процесах спілкування, діяльності, управління міжособистісними стосунками, активно впливає на формування адекватного рівня домагань та життєвих прагнень в цілому. Одна з істотних ознак вольового акту завжди пов'язана з докладанням зусиль, прийняттям рішень та їх реалізацією. Вольове рішення зазвичай приймається в умовах конкуруючих, різноспрямованих потягів, жоден з яких не в змозі остаточно перемогти без прийняття вольового рішення.

Воля це психічний процес, що проявляється у регуляції людиною своєї поведінки задля досягнення поставленої мети. Аби людина змогла побороти перешкоди потрібне включення такої вольової якості як зусилля. Саме воно сприяє мобілізації усіх сил людини. Щоб взяти під контроль власні імпульси та у крайньому випадку пригальмувати їх, потрібно активізувати вольову діяльність. Воля сформувалась у процесі історичного розвитку за допомогою трудової діяльності людини. Адже, в процесі життя людина постійно ставила перед собою цілі та реалізовувала їх. У ході еволюції вона долала певні труднощі, стимулювала себе і розвивала у собі вольові якості. Стимулом для досягнення певної цілі вважається ступінь її значущості. Вольова діяльність потребує цілої низки дій та передбачає усвідомлення людиною характеру тих психічних процесів, які беруть в ній участь. До них належить і вибір шляху до досягнення мети, засоби та прийняття рішень (Волощук, 2021).

Воля припускає самообмеження, стримування деяких досить сильних потягів, свідоме підпорядкування їх іншим, більш значущим і важливим цілям, уміння вгамовувати бажання й імпульси, які безпосередньо виникають в ситуації. На вищих рівнях свого прояву воля потребує врахування духовних цілей і моральних цінностей, переконань та ідеалів.

Ще одна ознака вольового характеру дій або діяльності, регульованої волею – це наявність свідомого плану їх виконання. Нерідко зусилля волі спрямовуються людиною не стільки на те, щоб перемогти й опанувати обставини, скільки на те, щоб подолати саму себе. Жодна більш-менш складна життєва проблема людини не вирішується без участі волі.

Специфіка емоційних переживань має велике значення для розуміння суб'єктивного світу людини і, як наслідок її поведінки та взаємодії з оточуючими. В емоційних реакціях, а саме в вольовій регуляції, відображається безпосереднє ставлення людини до себе та до інших людей.

Проблема волі та вольової регуляції займає одне з важливих місць в психології. Питаннями дослідження вольової сфери особистості займалися М. Варій, А. Пуні, В. Селіванов, О. Степанов, Е. Ільїн – саме у працях цих науковців висвітлювалися важливі аспекти формування волі та вольових якостей. Окремі аспекти цієї проблеми досліджувалися такими вченими як О. Биков, Т. Шульга, Є. Феценко (вікові особливості вольової регуляції); механізми

вольових зусиль досліджували В. Калін, В. Іванніков, В. Селиванов, Н. Будрейко, Н. Макарова (вольові якості у чоловіків та жінок) (Маркова, Росінський, 2018); Сучасні підходи до дослідження емоційно-вольової сфери військових та учасників бойових дій висвітлені у працях І. Воробйова, О. Колесніченко, І. Ліпатова, І. Приходько, О. Тімченко (Колесніченко та ін., 2016).

Як засвідчують дослідження цих та інших авторів важливою передумовою успішної професійної діяльності є розвиток у майбутніх фахівців певних вольових якостей. Тому такі риси особистості як активність, цілеспрямованість, відповідальність, дисциплінованість, які традиційно завжди відносили до вольових, є необхідною умовою для адекватної поведінки в оточуючому середовищі.

Волю розглядають як психічну реальність, що має свідомо-регулятивну природу. Інакше кажучи, воля – це цілісний, комплексний процес психічного регулювання поведінки (дій, вчинків) людини. Вольова регуляція поведінки як регуляція спонукання до дії здійснюється на основі довільної мотивації, коли людина цілеспрямовано створює допоміжні спонукання (гальмування) до дії через зміну її сенсу. Вольову регуляцію при самодетермінації розуміють як останню стадію оволодіння людиною власними процесами, яка полягає в опануванні мотиваційного процесу через формування нової вищої психічної функції – волі (Саржевський, 2017).

Всі фази складної вольової дії пов'язують з особливим емоційним станом, який визначають як вольове зусилля. Вольове зусилля присутнє на всіх етапах здійснення вольового акту: усвідомлення мети, оформлення бажань, вибір мотиву, плану та способів виконання дії. Виникає вольове зусилля як стан емоційного напруження, пов'язаний із зовнішніми чи внутрішніми труднощами. Звільнитися від нього можна лише або відмовившись від подолання перешкод, а отже, від мети, або ж подолавши їх шляхом вольового зусилля (Васильєв, 1999).

Воля потрібна при виборі мети, ухваленні рішення, здійсненні дії, подоланні перешкод. Подолання перешкод вимагає вольового зусилля – особливого стану нервово-психічного напруження, що мобілізує фізичні, інтелектуальні та моральні сили людини. Воля проявляється як упевненість людини у своїх силах, рішучість зробити той вчинок, котрий сама людина вважає за доцільний і необхідний у конкретній ситуації. Отже, вольова регуляція – це свідомо саморегуляція або самодетермінація поведінки і діяльності людини, яка здійснюється відносно дій і їх параметрів, емоційної поведінки, мотивів, різних психічних станів. Вона перешкоджає дезорганізуючій генералізації емоційного збудження, сприяє утриманню первинної мети, запобігає, долає або пом'якшує дію вже виниклої перешкоди.

Процес адаптації є необхідною, хоча й недостатньою умовою успішної діяльності людини, зокрема, працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій.

Професійна адаптація працівників ДСНС України – це процес пристосування до службової діяльності, до нових умов праці, побуту і трудового колективу в цілях скорішого опанування основами професійної, бойової та службової підготовки. Її головна мета полягає в опануванні спеціальності та службових обов'язків працівників ДСНС України.

Існують вагомі підстави припускати, що адаптація людини до організації (трудова діяльність на робочому місці у конкретному колективі) має багаторівневу структуру, відповідно до якої кожен новий рівень зміщує «центр» регуляторних механізмів від окремого суб'єкта в простір його міжособистісних взаємодій, актуалізує безліч нових феноменів. Отже, все більшу роль в ефективності адаптації людини до діяльності в особливих умовах набувають ресурси, потенціал інших людей, характер їх взаємодії, особливості простору діяльності, що породжуються самим процесом взаємодії суб'єктів.

Професійне навчання і виховання є невід'ємними умовами оволодіння тим чи іншим видом

діяльності. Якщо діяльність досить складна, то необхідний особливий етап пристосування суб'єкта до її специфічним вимогам. Однак не завжди отриманих знань і досвіду достатньо для успішного виконання працівником вимог діяльності в будь-яких умовах, в тому числі складних і екстремальних. У цьому випадку вирішальну роль може грати не досвід, не стаж роботи, а наявність або відсутність певних психологічних якостей. Найчастіше такими виступають емоційна стійкість, обсяг і перемикання уваги і т. п., тобто якості, що забезпечують стабільність і надійність діяльності суб'єкта при різких змінах факторів зовнішнього і внутрішнього середовища. Професійний відбір претендентів, найбільш придатних для певної роботи, зазвичай використовується там, де є надлишок кандидатів або ж існують високі вимоги до психологічних особливостей людини (здатність протистояти дії стресогенних факторів, оперативно приймати відповідальні рішення тощо).

Адаптація є постійним процесом активного узгодження людиною індивідуальних особливостей з умовами зовнішнього середовища (вимогами робочого місця, особливостями партнерів, соціальних груп, організаційної культури тощо), що забезпечують успішність його професійної діяльності і повноцінну особистісну самореалізацію в усіх сферах життєдіяльності.

Коли людина починає працювати в організації, вона включається в систему внутрішньо-організаційних взаємин, займає одночасно декілька позицій, кожній із яких відповідає сукупність вимог, норм, правил поведінки, які і визначають соціальну роль людини в колективі як працівника, колеги, підлеглого, керівника, члена колективного органу управління тощо. Кожна з цих позицій вимагає відповідної поведінки людини. Наймаючись на роботу в ту чи іншу організацію, людина має певні цілі, потреби, норми поведінки відповідно до яких вона ставить вимоги до організації, умов праці та мотивації.

Питання досягнення вершин професіоналізму за всіх часів і у всіх професіях займає провідні позиції. Розвиток фахівця є результатом формування особистості в професійній діяльності й професійній взаємодії, а також в особистісному просторі. Професіоналізм – це сполучення спеціальної освіти з уміннями та навичками, що здобуваються у процесі роботи у конкретній організації, у специфічних умовах розподілу та організації праці. Проблеми становлення особистості працівника, формування у нього позитивного ставлення до праці, інтересу до змісту роботи, задоволеності працею є актуальною і в теоретичному і в практичному розумінні.

У процесі діяльності відбувається формування особистості, складається її індивідуальність, виробляється система ставлення до світу, суспільства, себе. Особливе місце серед різноманітних видів соціальної діяльності особистості займає професійна діяльність. Саме професійна діяльність надає більшості людей можливість задовольнити все різноманіття своїх потреб, розкрити здібності, ствердитися як особистість. Професійна підготовка може вважатися повноцінною та діючою, якщо вона доповнюється постійним прагненням до професійного зростання. При цьому критерієм рівня професіоналізму є ступінь відповідності знань, умінь і навичок фахівця сучасним досягненням науки та практики у цій області. Професійний розвиток особистості пов'язаний із розвитком особистості взагалі, засвоєнням нового досвіду, знань, вмінь та трансформацією мотивації й інтересів конкретної людини (Хоржевська, 2016).

Професія рятувальника відрізняється підвищеною складністю та є небезпечною для фахівця. Таким чином, обираючи професію працівника ДСНС України, людина вже демонструє внутрішню готовність до виконання функціональних обов'язків у кризових та екстремальних ситуаціях. Проте, установка на виконання роботи в надзвичайних умовах ще не є запорукою ефективності професійної діяльності. Отже, питання спеціальної підготовки фахівців підрозділів ДСНС України до діяльності в особливих умовах та підвищення рівня їх професійної майстерності є вкрай важливим та актуальним (Олійников, та ін., 2011).

Щодо професії рятувальник, можна відзначити, що в процесі становлення фахівця слід враховувати всі специфічні особливості професійної діяльності, серед яких превалюють стресові фактори. Отже, важливе місце в процесі професійного становлення рятувальника займає не тільки його професійна, але й психологічна підготовка, оскільки якісне виконання своїх функціональних обов'язків у надзвичайній ситуації цього потребує. Таким чином, особливу увагу в процесі професійної підготовки фахівців-рятувальників слід приділяти психологічній складовій. В процесі професійно-психологічної підготовки рятувальників з метою підвищення професійної майстерності необхідно враховувати дію та вплив на особистість зовнішніх чинників. Адже тільки системна та всебічна підготовка фахівців аварійно-рятувальних підрозділів ДСНС України до діяльності в особливих умовах є запорукою її високих результатів. У сучасних умовах робота рятувальників стала незрівнянно складнішою, більш напруженою і небезпечною. Вони прибирають уламки снарядів, гасять пожежі, розбирають завали зруйнованих будівель, рятують живих і шукають тіла загиблих. Робота рятувальних підрозділів пов'язана із значним фізичним і нервово-психічним напруженням, викликаним високим ступенем особистого ризику, відповідальністю за людей і збереження матеріальних цінностей, з необхідністю прийняття рішення в умовах дефіциту часу. Крім того, діяльність рятувальників протікає у вкрай несприятливих умовах, що характеризуються підвищеною температурою, наявністю токсичних речовин, вибухових предметів у навколишньому середовищі, що вимагає застосування засобів індивідуального захисту. Періодичні цілодобові чергування є порушенням нормального режиму сну і неспання, що може сприяти розвитку патологічних процесів в організмі. Ці обставини сприяють не тільки розвитку втоми, негативних функціональних станів, можуть бути причиною розладу психологічного здоров'я (Світлична, 2013).

Екстремальні умови характеризуються сильним травмуючим впливом подій, пригод та обставин на психіку працівників ДСНС України. Цей вплив може бути потужним і однократним у випадку загрози життю і здоров'ю, вибухів, обвалів будівель тощо, або багаторазовим, що вимагає адаптації до постійно діючих джерел стресу. Професія рятувальника має специфічні особливості, основними з яких є високий рівень: небезпеки, травмування, стресогенності, ризикованість, відповідальності, невизначеність ситуації, дії в умовах обмеженого простору і дефіциту часу.

Проведений теоретичний аналіз психологічної літератури дозволяє зробити висновок, що вольова регуляція та професійна адаптація відіграють важливу роль в житті людини.

Вольова регуляція поведінки і дій – це довільна регуляція активності, яка формується і розвивається під впливом контролю за поведінкою з боку суспільства, а потім – самоконтролю особистості. Як підставу вольових процесів виступає характерна людині опосередкованість поведінки за рахунок використання суспільно вироблених знарядь або засобів. На цьому будується процес свідомого контролю над емоційними станами або мотивами, значно варіативний індивідуально. За рахунок цього контролю знаходиться можливість діяти всупереч сильної мотивації або ігнорувати сильні емоційні переживання. Вольова регуляція проявляється як особистісний рівень довільної регуляції, що відрізняється тим, що рішення про неї виходить від самої особистості і в регуляції використовуються особистісні засоби. Одне з таких засобів особистісної регуляції – зміна сенсу дій. Джерело вольових дій завжди так чи інакше пов'язані з актуальними потребами людини, спираючись на які людина усвідомлює сенс довільних вчинків. У цьому плані вольові дії не менше детерміновані, ніж будь-які інші, тільки вони пов'язані зі свідомістю, напруженою роботою мислення і подоланням труднощів. Вольова регуляція може включитися в діяльність на кожному з етапів її здійснення: ініціації діяльності, вибору засобів і способів її виконання, проходження наміченим планом або відхилення від нього, контролю

виконання. Особливість включення вольової регуляції на початковому етапі здійснення діяльності полягає в тому, що людина, свідомо відмовляється від одних потягів, мотивів і цілей, вважає за краще інші і реалізує їх всупереч миттєвим, безпосереднім спонуканням.

Воля у виборі дії виявляється в тому, що, свідомо відмовившись від звичного способу розв'язання завдання, людина обирає інший, іноді більш важкий шлях, і намагається не відступати від нього. Нарешті, вольова регуляція контролю виконання дії полягає в тому, що людина свідомо примушує себе ретельно перевіряти правильність виконаних дій тоді, коли сил і бажання робити це вже майже не залишилося. Особливі труднощі в плані вольової регуляції представляє для людини така діяльність, де проблеми вольового контролю виникають на всьому шляху здійснення діяльності, з самого початку і до кінця.

До основних вольових якостей якими повинен бути наділений кожен рятувальник, можна віднести: хоробрість, витримка, сміливість, рішучість, дисципліна, мужність, витривалість, організованість та ініціатива. Воля допомагає підлеглому сформувати такі якості як кмітливність, винахідливість, вміння протистояти своїм страхам та формування в собі мотивації. Отже, воля формується шляхом виховання себе та своїх якостей.

Адаптація — це взаємне пристосування працівника і умов організації, що базується на поступовому освоєнні нових професійних, соціальних та організаційних умов праці.

Успішність адаптації залежить від характеру виробництва, його середовища та самого працівника. Чим це середовище складніше, більше відрізняється від звичайного на попередньому місці роботи, тим важче проходить процес адаптації. Процес трудової адаптації працівника та організації буде більш успішним, коли норми і цінності колективу стануть нормами і цінностями окремого працівника і чим швидше він прийме і визначить свою соціальну роль у колективі.

Література:

- Васильєв, В. (1999). Система адаптації робітників до професійної діяльності. Дніпропетровськ. Вид-во Дніпро-го уні-ту.
- Волошук, В. (2021). Психологічні особливості емоційно-вольової сфери військовослужбовців та учасників бойових дій на сході України. Кв. роб. на здобуття освітнього ступеню магістра. Суми.
- Маркова, М., Росінський, Г. (2018). Порушення здоров'я сім'ї демобілізованих військовослужбовців – учасників АТО: психопатологічний, психологічний, психосоціальний і сімейний виміри проблеми. Український вісник психоневрології. Вип. 1. 78–82.
- Олійников, О. (2011). Особливості функціонування механізмів психологічного захисту у рятувальників в умовах екзистенціальної загрози. Оніщенко, Н., Тімченко, О., Тітаренко, Д., Христенко В. НУЦЗУ.
- Колесніченко, О. (2016). Психологічна готовність військовослужбовців Національної гвардії України до служби поза межами постійної зони перебування. Мацегора, Я., Воробйова, І. та ін. Національна акад. НГУ.
- Саржевський, С. (2017). Психологія та патологія емоцій, волі, уваги. Запоріжжя..
- Світлична, Н. (2013). Соціально-психологічні чинники збереження психологічного здоров'я працівників МНС. Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук. 19.00.09. Харків.
- Хоржевська, І. (2016). Професіоналізм та професійний розвиток особистості. Наука і освіта. №11. 55-60.