

losis, and – as a consequence – a cerebral hypoxia, which can lead to significant changes in psychophysiological state of a person and damage to brain cells.

Keywords: the altered states of consciousness, methods of induction of altered states of consciousness, hyperventilation, holotropic breathing, hypoxia of the brain, holotropic psychotherapy

Гордеева Ольга Владимировна, к. психол. н., доцент, кафедры общей психологии факультета психологии МГУ им. М.В.Ломоносова, olagordeeva@mail.ru

ОСОБЕННОСТИ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ СПАСАТЕЛЕЙ

Горемыхин С.А., Позова Г.Р.

Аннотация

В статье представлены результаты исследования стрессоустойчивости и готовности к риску спасателей МЧС.

Ключевые слова: стрессоустойчивость, готовность к риску

О стрессе пишут много, и часто мнения бывают противоречивы. Термин «стресс» – пришел в русский язык из английского языка и в переводе означает действие, усилие, воздействие. По своему существу стресс – это способ достижения устойчивости организма в ответ на действие отрицательного фактора.

Г. Селье ввел понятие стресса в 1936 году, и определил стресс как неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование, состояние психического напряжения, обусловленное выполнением деятельности в особенно сложных условиях.

Немов Р.С. рассматривает стресс как разновидность аффекта, определяя его как состояние чрезмерно сильного и продолжительного психологического напряжения, которое возникает у человека, когда его нервная система получает эмоциональную перегрузку. Стресс дезорганизует деятельность человека, нарушает нормальный ход его поведения.

Проблема стрессового состояния людей волнует специалистов различных областей профессиональной деятельности. Эта проблема приобретает все большую популярность и практическую значимость в связи с увеличением стрессовых факторов в жизни населения.

Стрессовые ситуации стали для современных людей неотъемлемой частью жизни. Активные социальные контакты, трудовая деятельность, социально-экономические перемены и многое другое являются источником стресса. Огромное количество стрессоров можно наблюдать при выполнении личностью трудовой деятельности. В любой социальной организации причиной стресса является несоответствие того, что требует конкретная ситуация, и того, что может сделать в данной ситуации работник, имеющий определенный уровень способностей, умений и навыков.

Умение противостоять стрессу является профессионально важным качеством для большого количества профессии (водитель, медицинский работник, спасатель, военнослужащий и др.). Человек может противостоять даже длительным и сильным стрессорам, но только, если он владеет адекватными стратегиями поведения в стрессовой ситуации.

Высокая стрессоустойчивость является обязательным требованием для множества специальностей, в том числе и для профессии спасателя Министерства чрезвычайных ситуаций (МЧС). Спасатель МЧС – это специалист по спасению пострадавших в экстремальных ситуациях. К ним относятся: пожарный, водолаз, медик, верхолаз и пр. Профессия спасателя считается молодой, т.к. совсем недавно была выделена в отдельную область деятельности. Но, несмотря на этот факт, востребованность профессии спасателя в нашей стране довольно высока. Представители спасательной службы делают все, что необходимо для качественного выполнения своих обязанностей. Особенностью работы данных специалистов является работы в экстремальных ситуациях (стихийных бедствиях, катастрофах, терактах, в опасных ситуациях и др.).

Экстремальные ситуации – это условия, в которых может оказаться человек, и которые могут вызвать у него психологическую и эмоциональную

напряженность. Изучая профессиографический образ спасателя, выяснилось, что сотрудники спасательных организаций зачастую вынуждены сталкиваться с различными экстремальными ситуациями, которые требуют особо скоординированных и незамедлительных решений, умения эффективно реагировать на складывающиеся обстоятельства. Это обуславливает необходимость наличия у специалистов данной области определенных социально-психологических качеств личности. В настоящее время выделяют такие профессионально важные качества спасателей МЧС как эмоциональная устойчивость, быстрая реакция, физическая сила и выносливость, ловкость, хорошо развитые память, внимание, мышление, сенсомоторные функций, высокая устойчивость к стрессу и т.д.

Целью проведенного нами исследования являлось изучение стрессоустойчивости и готовности к риску спасателей МЧС.

Исследование проводилось на базе поисково-спасательных формирований г. Наб. Челны. Были опрошены 42 человека в возрасте от 20 до 50 лет, из них 50% спасатели и 50% сотрудники иных организаций. Для исследования стрессоустойчивости у спасателей были использованы методики «Диагностика уровня стресса» Д. Фонтана и «Готовность к риску» А.М. Шуберта.

Были выдвинуты гипотезы: 1) существуют различия между стрессоустойчивостью и готовностью к риску у спасателей и работников иных организаций; 2) существует взаимосвязь между стрессоустойчивостью и готовностью к риску у спасателей.

В результате исследования было выявлено, что между сотрудниками поисково-спасательных формирований и сотрудниками иной категории существенного различия по стрессоустойчивости нет (t-критерий Стьюдента). Показатели в обеих выборках приблизительно одинаковые, а именно, большинству спасателей (57%) присущ высокий уровень стрессоустойчивости. Во второй выборке 62% показали высокий уровень. Это говорит о развитых способностях респондентов адекватно реагировать на стрессовые ситуации и факторы, сохранять спокойствие, не снижать эффективности в напряженных условиях работы и пр.

Повышенные риски в деятельности спасателей, связанные с чрезвычайной опасностью условий работы, повышенной сложности, требуют от специа-

листов МЧС готовности к рискованным действиям, к неопределенности. Поэтому нами было проведено изучение готовности к риску. Изучение готовности к риску у спасателей и лиц иных организаций позволило выявить отсутствие различий в уровне готовности к риску. Как показали результаты исследования, большинство спасателей (53%) склонны к риску, при этом риск зависит от ситуации. Следовательно, специалисты МЧС готовы совершать опасные маневры, рисковать, принимать решения в неопределенных ситуациях, действовать «наудачу» в надежде на счастливый исход.

Среди сотрудников иных организаций преобладает готовность к риску в зависимости от ситуации (43%) и осторожность (52%). Эти респонденты склонны оценивать возможную опасность, стремятся рисковать только в тех ситуациях, в которых риск минимален. Они предусмотрительны, стараются прогнозировать ситуации.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что различий между стрессоустойчивостью и готовностью к риску у спасателей и сотрудников иной категории нет. Значит, гипотеза исследования не подтверждена.

Для изучения взаимосвязи между стрессоустойчивостью и готовностью к риску у спасателей мы провели корреляционный анализ с помощью коэффициента корреляции Пирсона. Было установлено, что между стрессоустойчивостью и готовностью к риску корреляционных связей нет.

Таким образом, гипотеза о существовании взаимосвязи между стрессоустойчивостью и готовностью к риску у спасателей также не подтверждена.

В наши дни социальная значимость профессии «спасатель» возрастает. В связи с ростом числа террористических актов, аварий, катастроф техногенного и экологического характера, возникла необходимость проведения обучения спасателей методам поддержания стрессоустойчивости, умения контролировать себя в экстремальных ситуациях, быть готовым к ситуациям риска, при этом помня о своей безопасности и безопасности человека, находившегося в опасности. Поэтому изучение данной проблемы имеет актуальное значение и высокую практическую значимость, а также требует дальнейшего изучения.

FEATURES OF STRESS RESCUERS OFFICERS

Goremyhin S.A., Pozova G.R.

The article presents the results of a study of stress and risk appetite rescue of officers.

Keywords: stress, willingness to take risks

Горемыхин Сергей Александрович, студент 3-его курса Казанского инновационного университета им. В.Г. Тимирязева (ИЭУП),
goremyhin.sergei@mail.ru

Научный руководитель: **Позова Гульнара Ринатовна**, к. психол. н., ст. преподаватель Казанского инновационного университета им. В.Г. Тимирязева (ИЭУП)

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ВОВЛЕЧЕННОСТЬ УЧАЩИХСЯ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКТОР УСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА (НА ПРИМЕРЕ УРОКА МИРОВОЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ КУЛЬТУРЫ)

Гребнева В.А., Корнеева С.А.

Аннотация

В статье показано, что использование метода художественно-педагогической драматургии на уроках мировой художественной культуры способствует эмоциональной включенности учащихся в процесс усвоения учебного материала, которая в свою очередь может повысить качество усвоения учебного материала. Полученные данные могут быть использованы в целях оптимизации учебной деятельности, при реализации принципов дифференцированного обучения, а так же при проведении занятий по развитию и совершенствованию творческих способностей учащихся.

Ключевые слова: эмоциональное состояние, эмоциональная вовлеченность учащихся, художественно-педагогическая драматургия.

Преподавание дисциплин художественно-эстетического цикла должно соответствовать современным требованиям, опираться на новейшие научно-технические достижения в области педагогики и дидактики, быть комплексной