

## РОЗДІЛ VIII. ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ НАД ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНИМ ЗАВДАННЯМ З КУРСУ “СИТУАЦІЙНИЙ І ДИСПОЗИЦІЙНИЙ ПІДХОДИ У ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ” (О.В. Мазяр)

### 8.1. БАЗОВА МЕТОДИКА ДО КУРСУ “СИТУАЦІЙНИЙ І ДИСПОЗИЦІЙНИЙ ПІДХОДИ У ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ”

Повна назва та автор	Вихідне джерело	Джерела з описом та прикладами застосування
<b>Оцінка рівня нервово-психічної стійкості (методика «Прогноз» за В.А. Бодровим)</b>	<b>Корольчук М.С.</b> <i>Психофізіологія діяльності: Підручник для студентів вищих навчальних закладів. – 2-е вид., випр. та доп. – К.: Ельга, Ніка-Центр, 2004. – С. 285-290.</i>	<b>Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Райгородский Д.Я. (редактор-составитель).</b> – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ», 1998. – С. 544-548. <b>Ягунов В.</b> <i>Військова психологія: Підручник.</i> – Київ: Тандем, 2004. – С. 602-605.

#### Теоретичні засади та історія виникнення

Методика визначення нервово-психічної стійкості, ризику дезадаптації у стресі «Прогноз» розроблена у Санкт-Петербурзькій військово-медичній академії.

Під нервово-психічною напругою (НПН) розуміють схильність до зривів нервової системи при значних фізичних і психічних навантаженнях. Нервово-психічна нестійкість виражається як передхворобливий стан із прихованою або компенсованою формою протікання, що обумовлені дефектами функціонування нервової системи й зниженими адаптаційними можливостями організму.

У формуванні нервово-психічної нестійкості провідну роль відіграє вроджена або набута біологічна неповноцінність нервової системи у поєднанні з несприятливими психологічними і соціальними чинниками. Біологічне підґрунтя для розвитку нервово-психічної нестійкості полягає у тому, що відхилення у цих осіб, на відміну від пересічних, виражені не тільки сильно, а й носять тривалий характер, позначаються на різних сторонах особистості. Відтак такі особи потребують комплексної психотерапевтичної допомоги як на медикаментозному, так і на вербальному рівнях.

Непрямі ознаки нервово-психічної нестійкості:

- психічні захворювання батьків і найближчих родичів;
- перенесені травми та інфекційні захворювання мозку;
- нагляд у психоневрологічному диспансері;
- енурез;
- виховання у неблагонадійних сім'ях;
- відсутність одного з батьків;

- наявність відстрочки від призову до війська за станом здоров'я;
- приводи в міліцію;
- труднощі у навчанні та засвоєнні професії;
- низька суспільна активність, замкненість;
- дратівливість, нестійкість настрою, образливість;
- надмірна принциповість;
- істеричність, манерність;
- нерозвиненість вольових здібностей;
- рання пристрасть до алкоголю, вживання наркотичних препаратів, тютюнопаління;
- звуженість і вікова невідповідність інтересів та нахилів;
- входження до антисоціальних угруповань.

Наявність кількох із перелічених ознак вже вимагає більш прискіпливої уваги до досліджуваного. За наявності п'яти і більше ознак психологу необхідно провести більш ретельне дослідження.

Спостереження за поведінкою особистості повинне спрямовуватися на виявлення осіб, схильних до замкненості, усамітнення, сором'язливих, нерішучих, плаксивих або, навпаки, конфліктних, неконтрольованих у поведінці. Заслугує на увагу інформація про осіб із проблемами з артикуляцією, тремором, незграбних, тих, що постійно запізнюються на роботу або навчання.

У ході бесіди з досліджуваними уточнюються їх особиста інформація, оцінюються ті сторони особистості, які неможливо оцінити за допомогою спостереження. При побудові бесіди необхідно передбачити обговорення таких тем як: 1) умови виховання і розвитку, 2) ставлення до алкоголю і наркотиків, 3) стан здоров'я, 4) ставлення до оточуючих й осіб протилежної статі.

Умовами, що сприяють виникненню нервово-психічної нестійкості є:

- виховання у неповній або неблагонадійній сім'ї (погані стосунки з батьками);
- наявність судимостей та психічних захворювань;
- надміру суворе чи «тепличне» виховання;
- зловживання алкоголем членів родини;
- втечі з дому;
- ранній алкогольний досвід, випадки вживання наркотиків;
- приводи в міліцію;
- багаточисленні конфлікти в школі, сім'ї;
- ранній сексуальний досвід, невпорядковане статеве життя.

### **Сфера застосування**

Методика «Прогноз» призначена для початкового орієнтовного виявлення осіб з ознаками нервово-психічної нестійкості (НПН). Вона дозволяє виявити окремі початкові симптоми порушень особистості, а також оцінити вірогідність їх розвитку і прояву в поведінці та діяльності людини.

Методика також рекомендується при здійсненні професійного відбору осіб,

придатних для роботи в екстремальних ситуаціях.

### **Опис методики**

Методика складається з 84 запитань (міркувань), на кожне з яких досліджуваний дає відповідь «так» або «ні». Результати відображаються кількісними показниками (у балах), на основі яких робиться висновок про рівень нервово-психічної стійкості. Аналіз відповідей дозволяє уточнити окремі біографічні відомості, особливості поведінки та стану психічної діяльності людини в різних ситуаціях.

Дослідження може відбуватися в групі (250-30 осіб).

Тривалість дослідження не перевищує 20 хвилин.

Під час дослідження здійснюється спостереження за досліджуваними і за необхідності робляться певні примітки.

*Інструкція: «Перед Вами анкета на 84 запитання (міркування). Послідовно ознайомившись, необхідно вирішити, яка відповідь («так» чи «ні») точніше Вас характеризує; у відповідній клітинці реєстраційного листка ставиться знак «+» (так) або «-» (ні). Працюйте швидко, тривалий час не задумуючись і самотійно. Не пропускайте запитань. Результати дослідження не розповсюджуються, а на співбесіді будуть повідомлені Вам особисто».*

1. Іноді мені в голову приходять такі негарні думки, що краще про них нікому не розповідати.
2. В дитинстві у мене була така компанія, що всі старались зажди й в усьому стояти один за одного.
3. Іноді у мене трапляються напади сміху або плачу, які я ніяк не можу подолати.
4. Траплялися випадки, що я не стримував своїх обіцянок.
5. В мене часто болить голова.
6. Іноколи я говорю неправду.
7. Раз на тиждень я без будь-якої очевидної причини раптово почуваю жар в усьому тілі.
8. Трапляється, що я говорю про речі, в яких не розуміюся.
9. Трапляється, що я серджусь.
10. Тепер мені важко сподіватися на те, що я чого-небудь досягну в житті.
11. Трапляється, що я відкладаю на завтра те, що можна зробити сьогодні.
12. Я охоче приймаю участь у всіх зборах та інших суспільних заходах.
13. Найважча боротьба для мене – боротьба із самим собою.
14. М'язові судоми та посіпування в мене бувають вкрай рідко.
15. Я вельми байдужий до того, що зі мною буде.
16. Іноді, коли я погано почуваюся, я буваю роздратованим.
17. В гостях я поведжуся за столом краще, ніж удома.
18. Якщо мені не загрожує штраф й автівок поблизу немає, я можу перейти вулицю як мені заманеться, а не у призначеному місці.
19. Я вважаю, що життя в моїй сім'ї таке ж гарне, як і у більшості моїх знайомих.

20. Мені часто кажуть, що я запальний.
21. Закріпи в мене бувають рідко.
22. У грі я переважно хочу виграти.
23. Останні кілька років більшу частину часу я відчуваю добре.
24. Зараз моя вага постійна (я не повнію і не худну).
25. Мені приємно мати серед знайомих значних людей, це немовби надає мені ваги у власних очах.
26. Я був би досить спокійним, якби у кого-небудь із моєї сім'ї були неприємності через порушення закону.
27. З моїм розумом щось негаразд.
28. Мене турбують сексуальні (статеві) питання.
29. Коли я намагаюсь щось сказати, то часто помічаю, що в мене тремтять руки.
30. Рухи в мене такі ж жваві й моторні, як і раніше.
31. Серед моїх знайомих є люди, котрі мені не подобаються.
32. Гадаю, що я людина приречена.
33. Я сварюсь із членами моєї сім'ї вельми рідко.
34. Іноді трапляється, що я з ким-небудь трохи пліткую.
35. Часто я бачу сновидіння, про які краще нікому не розповідати.
36. Траплялося, що в обговоренні деяких питань я особливо не задумувався і згоджувався з думкою інших.
37. В школі я опановував матеріал повільніше, ніж інші.
38. Моя зовнішність мене назагал влаштовує.
39. Я дуже впевнений у собі.
40. Раз на тиждень або частіше я буваю дуже збудженим або схвильованим.
41. Хтось керує моїми думками.
42. Я щодня випиваю незвично багато води.
43. Іноді неввічливий або навіть неприємний жарт викликає в мене сміх.
44. Найщасливішим я буваю на самоті.
45. Хтось намагається впливати на мої думки.
46. Я любив казки Андерсена.
47. Навіть серед людей я звичайно відчуваю самотнім.
48. Мене дратує, коли мене підганяють.
49. Я легко ніяковію.
50. Я легко втрачаю терпіння.
51. Мені часто хочеться померти.
52. Траплялося, що я кидав розпочату справу, тому що боявся що не справлюсь з нею.
53. Майже щодень трапляється щось, що лякає мене.
54. До питань релігії я ставлюся байдуже.
55. Ознаки поганого настрою бувають у мене рідко.
56. Я заслуговую суворої догани за свої вчинки.
57. В мене були дуже незвичайні містичні переживання.

58. Мої переконання й погляди непохитні.
59. В мене бувають періоди, коли через хвилювання я втрачав сон.
60. Я людина нервова й легко збуджувана.
61. Мені здається, що нюх у мене такий, як у інших (не гірший).
62. Все в мене виходить погано, не так як слід.
63. Я майже завжди відчуваю сухість у роті.
64. Більшу частину часу я почуваюся стомленим.
65. Іноді я почуваю, що близький до нервового зриву.
66. Мене дуже дратує те, що я забуваю, куди кладу речі.
67. Я дуже уважно відношусь до того, як одягаюсь.
68. Пригодницькі розповіді мені подобаються більше, ніж розповіді про кохання.
69. Мені дуже важко пристосуватися до нових умов життя, роботи. Перехід до нових умов життя, роботи, навчання здається мені нестерпно важким.
70. Мені здається, що у стосунках зі мною особливо часто поводяться несправедливо.
71. Я часто почуваюся несправедливо ображеним.
72. Моя думка не завжди збігається з думкою оточуючих.
73. Я часто відчуваю стомлення від життя і мені не хочеться жити.
74. На мене частіше звертають увагу, ніж на інших.
75. В мене бувають головні болі й запаморочення через переживання.
76. Часто в мене бувають періоди, коли мені нікого не хочеться бачити.
77. Мені важко прокинутись у призначений час.
78. Якщо в моїх негараздах хтось винен, я не залишаю його без покарання.
79. В дитинстві я був вередливим, дратівливим.
80. Мені відомі випадки, коли мої родичі лікувались у невропатологів, психіатрів.
81. Іноді я приймаю валеріану, кодеїн, еленіум й інші заспокійливі засоби.
82. В мене є засуджені родичі.
83. В мене бували приводи в міліцію.
84. Я залишався в школі на другий рік.

Обробка результатів дослідження здійснюється за допомогою «ключів».

### **Реєстраційний лист до анкети «Прогноз»**

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.
31.	32.	33.	34.	35.	36.	37.	38.	39.	40.
41.	42.	43.	44.	45.	46.	47.	48.	49.	50.
51.	52.	53.	54.	55.	56.	57.	58.	59.	60.
61.	62.	63.	64.	65.	66.	67.	68.	69.	70.
71.	72.	73.	74.	75.	76.	77.	78.	79.	80.

81.	82.	83.	84.
-----	-----	-----	-----

Обробку рекомендується проводити за допомогою трьох трафаретів із прозорого матеріалу, на який наноситься сітка за розмірами реєстраційного листка. Прорізи в кожному трафареті повинні збігатися з номерами запитань відповідно до таблиці ключів. Один трафарет призначений для підрахунку балів за шкалою відвертості і два – за шкалою нервово-психічної нестійкості (для оцінки позитивних відповідей).

Якщо досліджуваний за шкалою відвертості набирає більше, ніж 10 балів (за деякими даними достатньо набрати 5 і більше балів), використовувати й аналізувати дані не рекомендується, а причини нещирості потрібно шукати в процесі бесіди. Показник за шкалою нервово-психічної нестійкості одержують шляхом додавання кількості плюсів, виявлених за трафаретом для позитивних відповідей, а кількість мінусів – за трафаретом для негативних відповідей. Результат оцінюється за табличними показниками.

#### **Ключі для обробки даних методики «Прогноз»**

Найменування шкали	Зміст відповідей	Порядкові номери запитань відповідно до шкали
Шкала відвертості	Ні (-)	1, 4, 6, 8, 9, 11, 16, 17, 18, 22, 25, 31, 34, 36, 43
Шкала нервово-психічної невірноваженості	Так (+)	3, 5, 7, 10, 15, 20, 26, 27, 29, 32, 35, 37, 40, 41, 42, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 56, 57, 59, 60, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84
	Ні (-)	2, 12, 13, 14, 19, 21, 23, 24, 28, 30, 33, 38, 39, 46, 54, 55, 58, 61, 68

#### **Характеристика рівнів й визначення груп нервово-психічної нестійкості за результатами методики «Прогноз»**

Сума інформативних відповідей за шкалою нервово-психічної нестійкості	Оцінка результатів за 10-бальною шкалою	Група НПН	Характеристика рівня НПС	Прогноз
5 6	10 9	I	Висока НПС, зриви майже не вірогідні	Дуже сприятливий
7-8 9-10 11-13	8 7 6	II	Хороша НПС, зриви маловірогідні	Сприятливий

14-17 18-22 23-28	5 4 3	III	Задовільна НПС. Зриви можливі, особливо в екстремальних ситуаціях	Малосприятливий
29-32 33	2 1	IV	Незадовільна НПС. Висока вірогідність нервово-психічних зривів. Необхідне додаткове обстеження у психіатра, невропатолога	Несприятливий

### Діагностичні можливості та обмеження

**Діагностичні можливості.** При використанні методики «Прогноз» варто пам'ятати, що анкета вимірює тільки свідому інформацію досліджуваного. Відтак можна робити висновки саме на рівні прогнозу, а не констатації факту. Окрім свідомого спотворення результатів, у дослідженого можуть бути слабо сформовані рефлексивні навички, а тому він не завжди адекватно відповідатиме. Відтак варто зважати також на результати спостереження, біографічні дані, особисту інформацію.

При прийомі на роботу, яка передбачає підвищений рівень складності, небезпеки, варто завжди зважати, що в ситуації стресу людина, навіть стійка до стресових умов за результатами психологічного дослідження, може поводитися зовсім несподівано і неадекватно. Це може бути пов'язано з тим, що досліджуваний не мав досвіду поведінки у таких ситуаціях, а тому в стані підвищеної тривоги не має можливості покладатися на автоматизацію професійних дій, оскільки вони в нього елементарно не вироблені.

Іншими словами, особа, яка має сприятливий прогноз щодо нервово-психічної стійкості, може вдаватися до помилок, спричиняти аварії і зазнавати травм на виробництві, якщо в неї недостатньо чи взагалі не вироблені навички відповідної діяльності. Проте якщо ці навички будуть вироблені, вірогідність збоїв у діяльності буде суттєво скорочена.

**Діагностичні обмеження.** Найбільш слабким місцем методики «Прогноз» є вплив на результати дослідження фактору соціальної бажаності. Його можна спробувати знівелювати шляхом 1) наголошування на конфіденційності отриманих результатів; 2) індивідуального проведення дослідження, 3) незначного скорочення часу дослідження, 4) уважного ставлення до підрахунку балів за «шкалою нещирості».

## 8.2. ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНОГО ЗАВДАННЯ З КУРСУ “СИТУАЦІЙНИЙ І ДИСПОЗИЦІЙНИЙ ПІДХОДИ У ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ”

### Клієнтський запит

До психолога звернувся керівник охоронної структури: «Я прагну зрозуміти причини підвищеної втомлюваності і нервових зривів окремих моїх підлеглих, що охороняють банківські установи. Це, наскільки я розумію, проявляється в їхньому зловживанні алкогольними напоями, частими відволіканнями з посту. Це явище почало спостерігатися після скоєного пограбування однієї з банківських установ, де було важко поранено охоронця, тобто саме тоді, коли треба бути особливо пильними. Нам доведеться їх звільнити і набрати нових охоронців. Допоможіть зрозуміти причини цього явища, щоб ми знову не помилилася».

### Обов'язкова програма при виконанні завдання

1. *Сплануйте дослідження психологічних причин порушень професійної поведінки охоронців банку.*
2. *У ході роботи користуйтеся методикою «Прогноз» В.А. Бодрова (оцінки рівня нервово-психічної стійкості).*
3. *Змодельуйте можливі результати дослідження індивідуальних відмінностей за диспозиційними факторами, що пояснюватимуть причини неадекватної поведінки охоронців. Встановіть диспозиційні фактори, що можуть спричинювати індивідуальні відмінності в їхній поведінці.*
4. *Висновки за результатами дослідження представте у формі консультативної бесіди з керівником охоронної структури.*

---

## ХІД РОБОТИ НАД ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНИМ ЗАВДАННЯМ

---

### I. ЕТАП ПЕРВИННОГО АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ

**1.1. Категоріально-термінологічне до визначення проблеми, з якою звернулися до психолога**

**Психолог (П.):** Скількох працівників ви плануєте звільнити?

**Керівник (К.):** Чотирьох. Вони найбільше провинилися.

**П.:** Ці особи вже знають про своє звільнення.

**К.:** Повинні здогадуватися, оскільки вони грубо порушили дисципліну. Двох із них ми взагалі не застали на робочому місці: вони кудись відлучалися без жодного попередження. Ще двоє перебували у стані незначного алкогольного сп'яніння.

**П.:** Як часто таке трапляється з вашими працівниками?

**К.:** Я працюю вже тринадцять років. Звісно, інколи трапляються такі інциденти. Але тепер це наче якась епідемія.

**П.:** Ви це пов'язуєте саме з тим, що почастишали напади на банківські установи?

**К.:** А з чим іще пов'язувати! Ми додатково збирали підлеглих, проводили



інструктаж, заняття були спрямовані на відпрацювання дій в екстремальній ситуації. Та й самі хлопці повинні були зрозуміти, що це не жарти, що від цього залежить їхнє здоров'я, а то й життя. І не тільки їхнє. А тут раптом така поведінка! Замість того, щоби бути втричі пильнішими, більш організованими, готовими до надзвичайної ситуації, вони остаточно розслабилися. За таке і в іншій ситуації звільняють з роботи, а вже тепер – поготів... Ми не маємо права ризикувати життям людей і репутацією нашої організації. Зараз уже починають заводити розмови про те, щоби банки охороняли не приватні структури, а держава. Ми можемо всі втратити роботу.

**П.:** Гаразд. Якщо я правильно Вас зрозумів, Ви плануєте набрати нових охоронців, але остерігаєтесь, щоби вони не повторяли помилок своїх попередників.

**К.:** Саме так.

**П.:** Зараз я припускаю, що така поведінка окремих охоронців полягає у тому, що вони виявилися не готовими працювати в ситуації стресу, тобто є нестійкими до підвищеної психічної напруги. Тому замість того, щоби максимально мобілізуватися на виконання своїх обов'язків, вони вдаються до протилежної поведінки.

**К.:** Тобто у них не все гаразд із нервами?

**П.:** Можна і так сказати, але радше ситуація вплинула на них таким чином, що вони втратили психічний контроль над своїми професійними діями.

## **1.2. Формування реалістичних очікувань у людини, яка звернулася за допомогою та визначення напрямків практичної роботи психолога**

**П.:** Тому я пропоную Вам провести психологічне дослідження всього Вашою особового складу, аби пересвідчитися, чи справді вони схильні втрачати психічний контроль у подібних ситуаціях.

**К.:** А чому весь особовий склад перевіряти?

**П.:** Таким чином можна порівняти результати дослідження тих охоронців, які продовжують сумлінно виконувати свої обов'язки, і тих, кого належить звільнити. Це стане корисним при наборі нових охоронців, адже задача стоїть така, щоби знову не набрати тих, хто не справляється у стресових умовах.

**К.:** Що ж, це слушно. Я тільки непокоюсь, щоби це було правильно розцінено підлеглими.

**П.:** На цьому я хотів би наголосити. Результати цього дослідження не є об'єктивною підставою для звільнення чи зарахування людини на роботу. Це можна сприймати лише як рекомендацію.

**К.:** То ви не можете надати стовідсоткової гарантії результатів Вашого дослідження?

**П.:** Це зробити неможливо. Перевірити реальну, а не декларовану поведінку людини можна тільки в реальній екстремальній ситуації. Однак навіть Ви не можете цього забезпечити. Тому що на навчаннях кожен з охоронців добре усвідомлює, що це не смертельно, що можна помилятися. Відповідно ця ситуація не тисне на них із достатньою силою, щоби можна було реально впевнитися, що вони не «підкачають» у відповідальну хвилину.

**К.:** Гаразд. Проводьте своє дослідження. А коли можна буде дізнатися про

результати?

**П.:** Я гадаю, за кілька днів. Крім дослідження, мені треба буде ще ознайомитися з особистими відомостями охоронців, подивитися, що вони про себе писали в біографічних анкетах й особисто поговорити з ними.

Напрямок практичної роботи	Обґрунтування
Діагностична робота	Оцінка рівня нервово-психічної стійкості охоронців банківських установ.
Консультаційна робота	Бесіда з керівником охоронної структури за результатами дослідження нервово-психічної стійкості його підлеглих і прогнозування їх поведінки в екстремальних умовах.

## II. ПЛАНОВО-ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП

### 2.1. Аналіз власного досвіду виконання подібних завдань при вивченні навчальних дисциплін та проходженні практик

Дисципліна	Модуль	Тема	Зміст питань
Ситуаційний і диспозиційний підходи у психології особистості	Диспозиційний підхід у психології особистості	Диспозиції та реальна поведінка особистості	Джерела диспозиційно-поведінкових суперечностей. Групові диспозиційно-поведінкові відповідності. Вплив показників зрілості особистості на узгодженість диспозицій та реальної поведінки. Індивідуальні диспозиційно-поведінкові суперечності. Місце диспозицій у практичному прогнозуванні поведінки особистості.
	Ситуаційний підхід у психології особистості	Методологічні аспекти вивчення ситуації	Ситуаційні фактори поведінки. Принцип ситуаціонізму. Суб'єктивної інтерпретації ситуації. Уявлення про напружені системи. Поведінка людини у стресових ситуаціях.
Диференційна психологія	Вплив біопсихічних факторів на розвиток	Диференційно-психологічні аспекти темпераменту	Властивості нервової системи як передумова темпераменту. Сила нервової системи. Рухливість-інертність і

Дисципліна	Модуль	Тема	Зміст питань
	індивідуальності		лабільність нервових процесів. Баланс нервових процесів. Спостереження й опитування при дослідженні властивостей нервової системи. Шляхи підвищення надійності діагностики типологічних особливостей проявів властивостей нервової системи.
	Вплив соціокультурних факторів на розвиток індивідуальності	Диференційно-психологічні аспекти професійної діяльності	Диференційно-психофізіологічні аспекти становлення професіонала. Монотонна діяльність і типологічні особливості. Стили професійної діяльності.
Психологія праці	Психологія професійної діяльності	Психологія професійної придатності	Поняття професійної придатності. Індивідуально-психологічні фактори придатності до професії. Методи визначення професійної придатності. Динаміка професійної придатності.
	Методологічні основи психології праці	Методи психології праці	Неекспериментальні методи. Опитувальні методи: бесіда, анкетування, метод експертних оцінок, метод узагальнення незалежних характеристик, метод критичних інцидентів, метод полярних балів, метод анамнезу.
	Психофізіологічні особливості трудової діяльності	Працездатність людини та закономірності її динаміки	Оцінка і динаміка працездатності спеціалістів. Критерії оцінки працездатності. Психологічні стани, які зумовлюють працездатність. Фактори і закономірності зміни працездатності. Організація контролю та прогноз працездатності спеціалістів.

Дисципліна	Модуль	Тема	Зміст питань
		Фізіологічні реакції організму людини на трудові навантаження та умови праці	Стомлення та перевтомлення. Нервово-психічна напруга. Депривація та монотонія. Вплив умов фізичного середовища на психічний стан людини під час роботи.

Назва практики	Зміст завдань
Психодіагностична практика (VII семестр)	Діагностика особистісних характеристик працівників: – карта дослідження особистості К.К. Платонова; – методика діагностики акцентуацій характеру К. Леонгарда; – 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла. Діагностика психічних станів: – методика діагностики рівня невротизації Л.І. Вассермана; – методика експрес-діагностики властивостей нервової системи за психомоторними показниками Є.П. Ільїна.

## 2.2. Підбір та аналіз літератури та формулювання припущень про причини виникнення проблеми

Бібліографічний опис джерела	Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми
<i>Навчально-методична та довідкова література</i>	
Гуревич П.С. Психологія екстремальних ситуацій: учеб. пособие для студентов. – М.: УНИТИ-ДАНА, 2007. – 495 с. (Серія «Актуальна психологія»)	Автор розглядає проблему виникнення стресу. Основні чинники стресу: дефіцит часу і підвищена відповідальність завдання. Зазначається, що певний рівень стресовості є нормальним для життя людини. В результаті дії стресових умов діяльності можуть відбуватися нервові зриви, знижуватися імунітет людини. Стрес, пов'язаний із загрозою життю, зазвичай придушує емоції, можуть виникати неадекватні реакції, натомість примітивні реакції можуть не блокуватися, не витіснятися, а безпосередньо задовольнятися.
Ільїн Е. П. Дифференціальна психофізіологія. – СПб: Питер, 2001. – 464 с.	Сила нервових процесів є показником реактивності та витривалості нервової системи. У суб'єктів зі слабкою нервовою системою рівень активації у стані спокою вищий, ніж в осіб із сильною нервовою системою. Отже, їм

Бібліографічний опис джерела	Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми
	<p>потрібен менший подразник для психічної активації. Проте, почавши реагувати раніше, у суб'єктів зі слабкою нервовою системою раніше відбувається зниження ефекту реагування, ніж в осіб з сильною нервовою системою. Відповідно, суб'єкти зі слабкою нервовою системою виснажуються швидше.</p>
<p>Психология труда: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 031000 «Педагогика и психология» / под ред. проф. А. В. Карпова. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2005. – 350 с. (Глава 3. Психология субъекта профессиональной деятельности. С. 196-211.).</p>	<p>Наводяться методи оцінки важкості і напруженості праці. Вивчення ступеня напруженості уваги, напруженість аналізаторних функцій, ступінь емоційної та інтелектуальної напруженості, монотонність праці, ступінь навантаження на пам'ять. Ознаки монотонної праці: висока частота повторень трудових дій, нетривалий часовий цикл виконуваних операцій, малоелементний кількісний склад операцій, структура одноманітності трудових дій, простота трудових дій.</p>
<i>Вузькоспеціалізована література</i>	
<p>Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности / Под редакцией В.А. Ядова. – Л.: «Наука». Ленинградское отделение, 1979. – 264 с. (Академия наук СССР. Институт социально-экономических проблем).</p>	<p>Розглядаються соціально-установочні підходи до вивчення поведінки людини. Установка є готовністю до активності у певному напрямку і виникає на базі взаємодії потреб і середовища, але не середовища взагалі, а лише того, вплив якого він зазнає у цей момент часу. Установка є модус цілісного суб'єкта у кожний дискретний момент його діяльності, модус, який являє собою вищий рівень організації людських сил. Причому установка є динамічним утворенням. Розглядається ієрархічна структура диспозицій особистості. На першому рівні диспозиційної регуляції відбувається реакція суб'єкта на актуальну предметну ситуацію, на специфічні і такі, що швидко змінюють один одного, впливи зовнішнього середовища. Це – поведінкові акти. Їх доцільність детермінована з боку суб'єкта необхідністю встановити адекватну відповідність між актуальною психофізичною потребою і предметною ситуацією в цей момент, яка одразу</p>

Бібліографічний опис джерела	Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми
	переходить у порушення «рівноваги» і завдячуючи новому поведінковому акту змінюється новою рівновагою.
<p>Керик О.Є. Взаємозв'язок емоційного компоненту самосвідомості з переживанням психотравмуючих ситуацій / Керик Оксана Євгенівна. – Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук. – К., 2009. – 19 с.</p>	<p>У дисертаційному дослідженні висвітлюються деякі особливості взаємозв'язку компонентів самосвідомості та переживання у травмуючі ситуаціях.</p>
<p>Росс Л., Нисбетт Р. Человек и ситуация. Перспективы социальной психологии. – М.: Аспект Пресс, 1999. – 429 с.</p>	<p>Ситуація містить три типи даних:  1. Об'єктивні умови, в яких діє індивід або група. Ця сукупність цінностей – економічних, соціальних, релігійних, – які прямо і непрямо впливають на свідомість індивіда.  2. Вже існуючі установки, які здійснюють в даний момент реальний вплив на поведінку.  3. Визначення ситуації – більш або менш ясна концепція умов і усвідомлення установок.  Безпосередня взаємодія людини з людиною відбувається у певному контексті і на певній основі. Фактори, що її визначають: 1) конфігурація факторів, що належать індивідам, які беруть участь у ситуації (їхні характеристики, стосунки між ними), 2) конфігурація факторів, що відносяться до задачі, проблеми, діяльності (задача нова або знайома, тривіальна або творча, структурована чи неструктурована), 3) конфігурація факторів, що відносяться до умов і обставин, 4) набір факторів, пов'язаних з індивідуальним відношенням індивіда до трьох вищезазначених фактора (навички рішення задачі, ступінь тривалості включеності у проблему, установки щодо інших, почуття легкості або дискомфорту)  Помилки щодо суб'єктивної інтерпретації:  1. Нездатність визнати, що розуміння індивідом зовнішніх стимулів є результатом більшою</p>

Бібліографічний опис джерела	Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми
	<p>мірою активного і конструктивного психічного процесу, ніж пасивного прийняття і реєстрації певної зовнішньої реальності. Тобто у розуміння зовнішніх стимулів люди влітають власні когнітивні процеси і не помічають цього.</p> <p>2. Нездатність усвідомлювати внутрішньо притаманну суб'єктивну інтерпретацію змінюваності. Люди не усвідомлюють, що інша людина може по-іншому інтерпретувати ту саму ситуацію. Прогноз поведінки іншого буде близьким до точності лише тоді, коли вони обидва будуть однаково інтерпретувати ситуацію.</p> <p>3. Неспроможність усвідомлювати те, що дії та результати, які спостерігаються, можуть слугувати відображенням не особистісних диспозицій діючого суб'єкта, а, скоріше, об'єктивних факторів ситуації, з якими людина стикається, і її суб'єктивною інтерпретацією цих факторів.</p> <p>Можна керувати поведінкою людей у ситуації, враховуючи фактор напруженості. Для цього можна користуватися двома протилежними способами.</p> <p>1. Можна додавати чи розвивати стимулюючі сили, збільшуючи тим самим напругу в системі, адже вплив певних стримуючих сил теж буде зростати.</p> <p>2. Можна нівелювати чи послаблювати дію стримуючих сил, що перешкоджають бажаним змінам, зменшуючи таким чином напругу в системі.</p>
<p>Аргайл М., Фернхем А., Грахам Дж. // Психология социальных ситуаций / Сост. и общая редакция Н.В. Гришиной. – СПб.: Питер, 2001. – С. 188-197.</p>	<p><b>Характеристики ситуації:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Структура цілей.</li> <li>2. Репертуар елементів.</li> <li>3. Правила.</li> <li>4. Послідовність поведінки</li> <li>5. Концепти.</li> <li>6. Умови.</li> <li>7. Ролі.</li> </ol>

Бібліографічний опис джерела	Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми
	<p>8. Навички і труднощі. Ці характеристики є взаємопов'язаними і утворюють певну систему. Цільова структура може мати більше, ніж одну ціль. Елементи – це дії, необхідні для досягнення цілей. Правила розвиваються поступово; вони можуть змінюватися, але ці зміни повільні. Загальні правила: 1) підтримувати комунікацію, 2) забороняти втечі, 3) забороняти агресію, 4) координувати поведінку, 5) притримуватися кооперації. Репертуар елементів обумовлює їх послідовність (питання – відповідь). Послідовність може розділятися на епізоди або фази. Ролі – це позиції, для яких характерні різні схеми поведінки. Кожна соціальна ситуація має свої труднощі і необхідні конкретні соціальні навички, щоб справитися з ними. Труднощі ситуації: 1) ситуація асертивності (постояти за свої права), 2) виступ перед публікою, 3) конфлікт з ворожими людьми, 4) зустріч з незнайомими людьми, 5) інтимні ситуації (з протилежною статтю), 6) контакти з людьми, наділеними владою, 7) страх критики, допустити помилку.</p>
<i>Internet-джерела</i>	
<p>Методика определения нервно-психической устойчивости, риска дезадаптации в стрессе «ПРОГНОЗ 2» <a href="http://cpd2002.pisem.net/TEST/NU2.htm">http://cpd2002.pisem.net/TEST/NU2.htm</a></p>	<p>Наведено приклад інтерпретації результатів дослідження за методикою «Прогноз», а також вказано додаткові вимоги до аналізу результатів на рівні спостереження та вивчення анкетних даних про людину.</p>

**Припущення щодо причин виникнення проблеми.** Виникнення проблеми порушення дисципліни охоронцями банківських установ, імовірно, пов'язано зі збігом наступних психологічних чинників: 1) природна нестійкість до нервово-психічної напруги (вплив спадкових та вроджених факторів, наприклад, слабкий тип нервової системи, при якому суб'єкт не здатен тривалий час витримувати дію інтенсивних подразників); 2) особливості виховання та соціалізації суб'єкта, що



сформували негативний життєвий досвід, який перешкоджає професійній інтеграції в умовах відчуття підвищеної небезпеки; 3) виникнення реальної ситуації небезпеки, досвід поводження в якій у суб'єкта відсутній, а відтак він не має змоги блокувати, витіснити, гальмувати дію першосигнальних реакцій.

### 2.3. Консультація з фахівцями

Потреби у консультації з фахівцями немає. Проте є необхідність отримати додаткову інформацію щодо біографічних та особистих даних працівників охоронної структури з метою вивчення ймовірного впливу спадкових чи набутих факторів на рівень їх нервово-психічної стійкості.

### 2.4. Складання розгорнутого плану виконання завдання, підбір методів та аналіз ресурсів

Етап роботи	Методи та процедури	Необхідні ресурси
Об'єктивне вивчення ймовірних спадкових та набутих чинників, що можуть впливати на рівень нервово-психічної стійкості, а також вивчення ознак нервово-психічної нестійкості	Вивчення біографічних та особистих даних працівників охоронної структури. Індивідуальні бесіди з працівниками, в якому з'ясовується наявність спадкових і набутих чинників, що можуть сприяти розвитку нервово-психічної нестійкості	<i>Тривалість дослідження:</i> 2 дні (16 годин). <i>Необхідні матеріали:</i> анкети з особистою інформацією про працівників (відділ кадрів)
Суб'єктивне дослідження рівня нервово-психічної стійкості охоронців банківських установ	Проведення та обробка результатів методики «Прогноз» В.А. Бодрова з працівниками охоронної структури. Визначення рівня їх нервово-психічної стійкості.	<i>Тривалість дослідження:</i> 4 години. <i>Необхідні матеріали:</i> запитальник із 84 твердженнями і 28 реєстраційних листів до анкети «Прогноз» В.А. Бодрова.
Проведення консультації з керівником охоронної структури за результатами дослідження	Консультативна бесіда з керівником охоронної структури.	<i>Тривалість консультації:</i> 1 година. <i>Необхідні ресурси:</i> приміщення для проведення консультативної бесіди; результати дослідження представлено у таблицях.

## 2.5. Передбачення проблемних моментів

Проблемні моменти	Причини виникнення	Шляхи уникнення
Оцінка працівниками охоронної структури ситуації тестування як формального приводу для звільнення	Несприятлива професійна ситуація, пов'язана з підвищенням рівня небезпеки виконання своїх обов'язків охоронцями банківських установ; перспективи звільнення у зв'язку з результатами дослідження	Пояснення етичних аспектів діяльності психолога, надання гарантій того, що дослідження має на меті вивчення готовності до виконання обов'язків у стресовій ситуації і подальшу розвивальну роботу з працівниками охоронної структури

## 2.6. Підготовка матеріалів, необхідних для виконання завдання

Для проведення методики «Прогноз» В.А. Бодрова необхідно підготувати 28 опитувальників і реєстраційних листків.

## III. ЕТАП ПРАКТИЧНОЇ РОБОТИ

### 3.1. Збір емпіричних даних

Результати дослідження нервово-психічної стійкості за методикою «Прогноз» (індекси нещирості відповідей і нервово-психічної стійкості) та інформація на основі індивідуальної бесіди про схильність працівників охоронної структури до нервово-психічних зривів були занесені до загальної таблиці.

В таблиці здійснюється поділ працівників за чотирма рівнями нервово-психічної стійкості.

**Зведена таблиця результатів вивчення нервово-психічної стійкості охоронців банківських установ**

Прогноз нервово-психічної стійкості	Індекс нещирості	Індекс нервово-психічної стійкості	Наявність несприятливих спадкових чинників	Наявність несприятливих соціальних чинників	Кількість працівників
Дуже сприятливий	2-5	10-9	Негативні спадкові чинники не виявлені	Негативні соціальні чинники майже відсутні. Серед наявних – виховання у неповній родині й алкогольна залежність когось із батьків	7 осіб (25 %)

Сприятливий	2-6	8-6	Негативні спадкові чинники не виявлені	Вплив негативних соціальних чинників мінімальний: у деяких працівників зловживання батьками алкогольними напоями, надміру суворе виховання і відсутність одного з батьків	14 осіб (50%)
Малосприятливий	4-10	5-4	Деякі незначні психічні відхилення у батьків і нагляд у психоневролог ічному диспансері. У деяких працівників наявна істеричність у поведінці.	Серед негативних соціальних чинників зустрічаються зловживання батьками алкогольними напоями, надміру суворе виховання, відсутність одного з батьків, а також втечі з дома, ранній досвід вживання алкоголю і часті конфлікти у школі	6 осіб (21%)
Несприятливий	8	2	Негативні спадкові чинники не виявлені	Серед негативних соціальних чинників можна виділити виховання у «теплих» умовах, відсутність одного з батьків, а також втечі з дома	1 особа (4%)

### 3.2. Аналіз та інтерпретація отриманих даних

Результати дослідження 28 досліджуваних можна брати до уваги, оскільки індекс нещирості не перевищує 10 балів. Хоча окремі високі показники змушують ставитися до результатів уважніше.

За результатами дослідження 75% працівників мають сприятливий прогноз нервово-психічної стійкості. Можна з високою вірогідністю припускати, що їм притаманна відкритість і відвертість у розкритті своїх проблем, відсутність свідомого наміру прикрасити свій характер. Їм характерна висока нервово-психічна стійкість, реалістичність у ставленні до життя, непадвладність випадковим

коливанням настрою, вміння тримати себе в руках, спокій, врівноваженість, стриманість. Ці особи, очевидно, схильні до виваженості у діях і спокійного прийняття рішень у проблемних ситуаціях; більшою мірою організовані, цілеспрямовані, не надто підпадають під дію зовнішніх факторів. Нервово-психічні зриви у них мало ймовірні.

Чверть працівників мають несприятливий і навіть дуже несприятливий прогноз нервово-психічної стійкості, надто в екстремальних ситуаціях. Насамперед вони мають порівняно вищий індекс нещирості, що може говорити за те, що ці досліджувані уникають щирості у стосунках, можуть приховувати або викривлювати певну інформацію. Разом із тим, ситуація підвищеної нервової напруги може спричиняти часткову чи повну деструктивність професійних дій. Особи, які пропонуються для звільнення належать саме до категорії таких працівників. Також варто звернути пильнішу увагу на інших охоронців, що потрапили до цієї категорії: їх незадовільні результати нервово-психічної стійкості можуть виявитися пізніше після додаткового зростання напруги.

#### **IV. ЗВІТНО-ПІДСУМКОВИЙ ЕТАП**

##### **4.1. Представлення результатів людині, яка звернулася із запитом**

***Ситуація консультативної бесіди з керівником охоронної структури за результатами дослідження.***

**П.:** Я провів дослідження за опитувальником і шляхом індивідуальної бесіди з кожним вашим працівником. Мені вдалося виявити, що три чверті працівників мають сприятливий прогноз у діяльності в екстремальних умовах. Проте чверть працівників мають малосприятливий прогноз.

**К.:** І що з ними пропонуєте робити?

**П.:** Я гадаю, що для деякого з них необхідно провести більш ретельне навчання, професійні тренінги. Але з деякими працівниками, вочевидь, доведеться провести розмову щодо зміни роботи. Вони на психофізіологічному рівні не здатні протистояти стресовому стану.

**К.:** А ті четверо осіб, яких ми плануємо звільнити, які показали результати?

**П.:** У них теж малосприятливий прогноз. Цікаво, що ті двоє охоронців, які свого часу необачно покинули місце свого посту, раніше вдавалися до втеч із дому. Тобто в цій ситуації підвищеної небезпеки вони вдаються до завчених ще в пубертатному віці форм поведінки. Якщо інші охоронці в ситуації небезпеки схильні до такої реакції як боротьба, у цих охоронців розвинута протилежна реакція – втеча. Навіть дивно, що вони обрали собі таку професію. Хоча є охоронець, у якого результати ще гірші від їхніх. У нього, щоправда, втеч із дому не було...

**К.:** Чому ж він не потрапив у поле нашого зору?

**П.:** Мабуть, йому ще вдається компенсувати свою нервово-психічну нестійкість за рахунок докладання вольових зусиль. Але так тривати буде не довго. Зрештою він виснажить, і ви його неодмінно помітите. Він обов'язково залишатиме свій пост, але це може позначитися на його здоров'ї. Очевидно, з ним

теж треба провести окрему розмову і, можливо, додаткове психологічне дослідження.

**К.:** Що ж Ви нам порадите робите в цій ситуації?

**П.:** Очевидно, треба розірвати контракт із кількома працівниками і набрати нових, які демонструватимуть високий рівень нервово-психічної стійкості. Але не варто обмежуватися лише цим. Доцільною буде організація і проведення тренінгів, спрямованих на вироблення адекватних професійних дій в екстремальній ситуації. Це до певної міри посилить рівень нервово-психічної стійкості охоронців, стабілізує їх емоційний стан, додасть впевненості, готовності до боротьби, а також допоможе сформуванню навички відповідних дій. В екстремальній ситуації це матиме колосально важливе значення, оскільки на обдумування дій немає часу і діяти доводиться на рефлексорному рівні.

**К.:** Гарзд. З наступного тижня ми почнемо запрошувати на співбесіду нових охоронців. Я сподіваюсь на нашу співпрацю, щоб Ви допомогли нам відібрати найбільш підходящі кандидатури.

## **V. ЕТАП САМОАНАЛІЗУ, ГРУПОВОЇ РЕФЛЕКСІЇ ТА САМОРОЗВИТКУ**

**Підсумкова рефлексія позитивних моментів** (що саме вдалося зробити, чого досягти, від чого отримати професійне задоволення)

Найважчим етапом виконання професійно-орієнтованого завдання була інтерпретація отриманих результатів дослідження. Адже чинників, які можуть спричинювати нервово-психічну нестійкість є чимало. Наявність великої кількості дискретних психологічних чинників проблеми могла призвести до втрати цілісності в її розумінні. У зв'язку з цим було важко будувати як первинну консультацію, так і завершальну, оскільки клієнт очікував на дуже конкретні, інтегровані результати дослідження. На загал вдалося справитися з цією ситуацією і «локалізувати» причини виникнення проблеми.

Грунтовний аналіз науково-психологічної літератури, який мені вдалося здійснити, допоміг взяти до уваги, принаймні частково, також ситуаційний фактор нервово-психічної нестійкості. Вочевидь, в подальшому варто було би докладніше дослідити проблему професійної ситуації, в якій перебувають охоронці банківських установ. Але для цього варто розробити відповідний науково-психологічний інструментарій, можливо, навіть провести експериментальне дослідження.

Професійну насолоду вдалося отримати переважно від інтерпретації отриманих результатів дослідження, адже належало виділити ключові чинники нервово-психічної нестійкості, що не були очевидними для клієнта. В кінці завдання вдалося чітко побачити перспективи вирішення проблеми і запропонувати план конкретних дій.

### Програма саморозвитку

Складові навчально-професійних умінь та професійно важливі якості, які потрібно було б розвинути	В чому полягали труднощі	План заходів для саморозвитку	Терміни	Критерії самоконтролю
Обирати методи, які можуть бути використані для виконання завдання	Важко встановлювати причини виникнення об'єктивної виробничої проблеми, яка має поліфакторну природу	Набути навички використання нового вдосконаленого варіанту методики «Прогноз».	січень-лютий 2012 р.	Проводити повторні дослідження з клієнтами з метою перевірки, наскільки правильно попереднього разу виконано тестування. Вміння надавати розгорнуту інтерпретацію отриманих результатів дослідження
Оцінювати джерела з точки зору їх наукової та прикладної цінності	Не зважаючи на те, що мною була ґрунтовно опрацьована науково-психологічна література з проблеми, я сумнівався у тому, чи вдалося врахувати всі чинники нервово-психічної нестійкості.	Читати вузькоспеціалізовану літературу з прикладних проблем психології особистості, психології праці. Для цього варто ще раз переглянути за каталогом статті на відповідну тематику у фахових журналах	грудень 2011 р.	Опрацювати кілька статей та авторефератів кандидатських дисертацій, в яких піднімається проблема психофізіологічної готовності до діяльності в екстремальних ситуаціях

	Я не опрацював періодичну фахову літературу, а тому, можливо, не врахував результати досліджень останніх років, особливо з психології ситуаційної поведінки	«Соціальна психологія», «Вопросы психологии», «Практична психологія і соціальна робота».		
Впевненість	Під час проведення консультативної бесіди я відчув брак впевненості у наданні рекомендацій	Можливо, варто опрацювати літературу з риторики та логіки, щоби навчитися правильно аргументувати свої пропозиції, задіювати додаткові прийоми впливу на співбесідника	лютий 2012 р.	Вміти застосовувати правила правильної побудови умовисновків при веденні суперечки з побутових та професійних проблем