

*И.В. Теслинов, В.М. Усков, Г.М. Теслинова*  
**ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ  
УСТОЙЧИВОСТИ К СТРЕССОВЫМ СИТУАЦИЯМ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ  
ЗАВЕДЕНИЯХ МЧС РОССИИ**

*ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко Минздрава России Воронежский институт  
Государственной противопожарной службы МЧС России*

**Резюме.** В последнее десятилетие в условиях увеличения информационного потока, существенно снижается внимание к формированию у студентов формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям, к исполнению профессионально-должностных обязанностей. В статье разработана методическая система воспитательной работы в вузе, обеспечивающая формирование психологической устойчивости к стрессовым ситуациям специалистов, определена ее структура и место в общей системе воспитания

**Ключевые слова:** психологическая устойчивость к стрессовым ситуациям, воспитательная работа, методическое обеспечение.

Актуальность. Количество профессий связанных с экстремальными условиями труда в настоящее время повсеместно возрастает, параллельно увеличивается численность лиц, постоянно испытывающих воздействие экстремального характера как на производстве, так и во время учёбы. К таким профессиям относят космонавтов, летчиков, военных, спасателей, шахтеров, медицинских работников, учителей и т.д. Увеличивается число заболеваний связанных с неблагоприятными последствиями подобных условий труда [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8].

Одной из экстремальных видов деятельности является профессия пожарного. Экстремальные условия деятельности, с которыми сталкивается личный состав пожарных подразделений, с психологической точки зрения, характеризуется сильными психотравмирующими факторами. Требования к уровню профессиональной пригодности пожарных и сотрудников спасательных формирований довольно высокие, в частности, и к их психологическим качествам, потому что эффективность их работы в экстремальных условиях в значительной степени зависит от психологической устойчивости к стрессовым ситуациям.

Проблемы стресса, стрессоустойчивости, подготовки к деятельности в экстремальных условиях исследовали многие отечественные и зарубежные ученые. Однако, в настоящее время, несмотря на достаточное количество работ по данной проблеме, нет ясности в понимании сущности стрессоустойчивости, роли психики в ее обеспечении, особенностей проявления в различных ситуациях.

Цель и задачи исследования. Совершенствование педагогической системы и исследование методических аспектов воспитательной работы в высшем учебном заведении, направленных на повышение эффективности педагогического обеспечения формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям специалистов в структуре высшего профессионального образования.

В соответствии с поставленной целью сформулированы следующие задачи исследования:

проанализировать современное состояние воспитательной работы и педагогическое обеспечение формирования их психологической устойчивости к стрессовым ситуациям в структуре учебно-воспитательного процесса вуза и ее эффективность;

разработать педагогическое обеспечение процесса формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям специалиста данного профиля;

определить цели и задачи воспитательной системы вуза в современных условиях, направленные на формирование психологической устойчивости к стрессовым ситуациям;

разработать методическую систему воспитательной работы и структуру воспитательной среды вуза, составляющие основу формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям данных специалистов.

Материал и методы исследования. К материалам данного исследования относятся воспитательный процесс в высшем учебном заведении, методическая система воспитательной работы, педагогические условия и методы формирования психологической устойчивости к стрессовому воздействию у специалистов спасательных служб в процессе профессионального образования.

В процессе работы использовались следующие методы: определение содержания понятия «психологическая устойчивость к стрессовым ситуациям» и ее структура применительно к сфере подготовки специалистов-спасателей как цели профессионального образования в современном вузе; разработка педагогического обеспечения формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям специалистов посредством моделирования и реализации методической системы воспитательной работы в вузе; разработка методической системы воспитательной работы в вузе, обеспечивающая формирование психологической устойчивости к стрессовым ситуациям специалистов-спасателей, определена ее структура и место в общей системе воспитания по формированию профессиональных качеств у специалистов; определение структуры воспитательной среды, ее место и роль в формировании психологической устойчивости к стрессовым ситуациям специалистов данного профиля в условиях вуза; разработка критериев и показателей оценки эффективности педагогического обеспечения, позволяющие производить ее количественную и качественную оценку.

Полученные результаты и их обсуждение. В современных условиях признается особая роль высокой психологической устойчивости к стрессовому воздействию личного состава спасательных формирований в ликвидации последствий аварийных и катастрофических ситуаций [3, 4, 8]. К сожалению, в настоящее время в научно-педагогической литературе и в практике подготовки кадров в вузах нет единого понимания сущности психологической устойчивости к стрессовым ситуациям, ее структуры и педагогического обеспечения ее формирования в условиях учебно-воспитательного процесса.

В последние годы вопросам воспитания психологической устойчивости к стрессовым ситуациям уделяется повышенное внимание. Системное рассмотрение качеств специалистов спасательных подразделений приводит к необходимости анализа понятия психологической устойчивости к стрессовому воздействию, сущность которого исследована недостаточно полно. Однако некоторые научные работы способствовали раскрытию ряда проблемных вопросов обучения и воспитания, психологических особенностей овладения знаниями, умениями и навыками, условий формирования привычек и черт характера на занятиях по различным учебным дисциплинам.

В педагогике и психологии готовность человека к определенной деятельности рассматривается как фундаментальная основа ее успешного выполнения [1, 2, 7, 8].

Понятие «психологическая устойчивость к стрессовым ситуациям» отражает мотивационный аспект личности. Он отмечает, что в самом слове звучит выражение желания, а также фактор ситуативности (временности), поскольку оно воспринимается скорее как характеристика состояния, нежели как качество личности.

Анализ готовности к труду свидетельствует, что возможно выделение, с одной стороны, общей или длительной, а с другой временной или ситуативной готовности. Первая чаще всего связана с готовностью к выполнению тех или иных задач деятельности, поскольку представляет собой устойчивую систему профессионально важных качеств, знаний, умений и навыков, а также мотивов деятельности, следовательно, может рассматриваться как устойчивая характеристика личности.

Психологическая устойчивость к стрессовым ситуациям, как психологическое состояние личности студента и курсанта - это его внутренняя настроенность на определенное поведение при выполнении учебных и трудовых задач, установка на активное и целесообразное действие во время обучения и с началом работы после вуза. Цель формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям студентов и курсантов заключается в облегчении процесса адаптации в условиях современного производства, в достижении успеха, для чего необходимо овладеть операциональной, нравственной, психической, организаторской сторонами избранной профессии.

Понятие психологической устойчивости к стрессовым ситуациям как категории теории деятельности рассматривается, с одной стороны, как результат процесса подготовки, с другой - как установка на что-то.

Теоретическое изучение установки, как одного из механизмов регуляции поведения человека, позволяет нам глубже понять процесс вовлечения личности в конкретную деятельность, а, следовательно, раскрыть пути формирования и развития ее готовности; активного творческого отношения к профессиональной деятельности.

В инженерной психологии и психологии труда накоплен большой материал о состоянии психологической устойчивости к экстремальным действиям и бдительности оператора. Психологическая устойчивость рассматривается как первичное, фундаментальное условие успешного выполнения любой деятельности.

Психологическая устойчивость к стрессовым ситуациям складывается из двух составляющих: психофизиологической устойчивости обусловленной состоянием организма; психологической устойчивости, обусловленной профессиональной подготовкой и общим функциональным уровнем психологических свойств личности (сюда входят специфическая подготовленность к действиям в нестандартных ситуациях, способность к оперативному мышлению, к срочной актуализации знаний для принятия решения, наличие высокой мотивации и установки на благополучный исход, чувство долга и ответственности).

Таким образом, возникает необходимость определения сущности и структуры психологической устойчивости к стрессовым ситуациям как сложного социально-психологического феномена, разработки педагогического обеспечения процесса ее формирования у обучающихся в условиях вуза.

В современных условиях повышения требований к формированию психологической устойчивости будущих специалистов и возрастания роли воспитания в ее формировании возникает необходимость разработки педагогического обеспечения данного процесса в условиях вуза.

Под педагогическим обеспечением формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям специалистов в условиях вуза мы понимаем, комплекс согласованных его целям, задачам, содержанию, формам к методам мероприятий должностных лиц вуза, а также совокупность определенных факторов (условий) как предметных, так и процессуальных, направленных на достижение такого уровня достижения психологической устойчивости к стрессовым ситуациям выпускников, который позволит им успешно выполнять служебные обязанности по прямому должностному предназначению в современных условиях.

Основными принципами и содержанием педагогического обеспечения являются: научность, гуманизм, историзм, патриотизм, законность, систематичность, положительный эмоциональный настрой, учет индивидуальных особенностей обучающихся, личностно-ориентированное обучение.

Содержание педагогического обеспечения включает духовную составляющую (цели, задачи, принципы и т.д.), материально-техническую составляющую (технические средства воспитания, средства массовой информации, библиотеки, клубы, комнаты досуга и др.), организационные формы (сочетание коллективных и индивидуальных форм воспитания).

Целью педагогического обеспечения формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям студентов и курсантов, необходимого для эффективного выполнения задач профессиональной деятельности, является создание стройной согласованной системы деятельности субъектов и объектов учебно-воспитательного процесса.

Исходя из этого, основными задачами педагогического обеспечения формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям студентов и курсантов являются: формирование необходимых для успешной профессиональной деятельности знаний, умений и навыков учебной и служебной деятельности;

воспитание высоких моральных, волевых, физических и психологических качеств, привычек поведения в соответствии с требованиями к специалистам спасательных подразделений; морально-психологическая подготовка студентов к действиям в сложных и экстремальных ситуациях; подготовка должностных лиц института, прежде всего, профессорско-преподавательского состава к деятельности по педагогическому обеспечению формирования психологической устойчивости к стрессовому воздействию студентов и курсантов; стимулирование деятельности должностных лиц по педагогическому обеспечению формирования у студентов и курсантов психологической устойчивости к стрессовому воздействию.

Педагогическое обеспечение состоит из следующих видов, информационного, методического, социально-психологического, научного, кадрового, материально-технического.

Информационное обеспечение включает учебники; учебные пособия (в том числе электронные); методические разработки; плакаты; схемы; экзаменационные задачи, отражающие вопросы формирования морально-психологической готовности.

Методическое обеспечение включает: систему методов, способов, правил и приемов организации деятельности преподавателей, направленную на разработку и совершенствование учебных и воспитательных планов, программ и учебно-методических материалов, развитие учебно-материальной базы, обеспечивающих эффективное формирование у студентов морально-психологической готовности,

Методическое обеспечение процесса формирования морально-психологической готовности направлено на совершенствование его организации и, в конечном итоге, на поддержание заданного качества подготовки специалистов.

Социально-психологическое обеспечение заключается в осуществлении комплекса мероприятий по анализу и поддержанию уставных межличностных отношений в студенческих коллективах, формированию коллективных настроений и мнений.

Научное обеспечение включает научно-исследовательскую работу, направленную на проведение исследований по проблемам современных методов, способов и технологий формирования у студентов морально-психологической готовности, внедрение в учебно-воспитательный процесс новых технологий, разработку новых методик обучения, проведение педагогических экспериментов и обработку результатов исследований.

Задачами кадрового обеспечения являются: подбор педагогических кадров, обеспечивающих эффективное формирование психологической устойчивости к стрессовому воздействию; повышение их квалификации; проведение мероприятий, направленных на повышение уровня их профессионального мастерства.

Главной задачей материально-технического обеспечения является предоставление педагогам и студентам средств, необходимых для проведения всех видов учебных занятий и воспитательной работы.

Все виды педагогического обеспечения взаимосвязаны, при этом, исходя из специфики вуза как образовательного учреждения, ведущая роль принадлежит методическому обеспечению, оказывающему максимальное влияние на организацию учебно-воспитательного процесса в целом и, следовательно, на качество подготовки специалистов.

На основе анализа процесса подготовки специалиста в вузе нами определена структура педагогического обеспечения формирования психологической устойчивости к стрессовому воздействию, которая включает, нормативно-методическую базу, программу (системообразующий элемент), цели, содержание, методы, формы, педагогические кадры, обучающийся контингент, воспитательную среду.

Нормативно-методической базой педагогического обеспечения формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям являются руководящие документы по организации учебно-воспитательного процесса в вузе.

Основные положения руководящих документов реализованы в квалификационных требованиях к выпускнику вуза, планах и программах обучения, являющихся системообразующим элементом, предусматривающих выбор и использование в педагогическом процессе вуза различных форм и методов обучения и воспитания, обеспечивающих формирование психологической устойчивости к стрессовому воздействию.

Объектами педагогического обеспечения являются курсанты, студенты и студенческие коллективы. Субъектами педагогического обеспечения выступает профессорско-преподавательский состав, то есть собственно субъекты воспитательной системы вуза.

Причинами основных трудностей педагогического характера связаны со следующими

Недостатками: личная подготовка преподавателей, организация и проведение воспитательной работы с различными категориями подчиненных, формирование необходимы для успешной профессиональной деятельности личностных качеств и привычек поведения, материально-бытовые условия жизни, учебы различных категорий студентов и курсантов, межличностные отношения в студенческих коллективах.

Это вызывает необходимость совершенствования психолого-педагогической подготовки должностных лиц вуза, непосредственно отвечающих за педагогическое обеспечение процесса формирования необходимых профессионально-важных качеств у студентов и курсантов.

Педагогическое обеспечение формирования необходимого уровня психологической устойчивости к стрессовым ситуациям осуществляется в процессе активного взаимодействия субъекта и объекта воспитания в ходе учебной и воспитательной, организаторской и управленческой деятельности [5, 6].

Учитывая, что процесс формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям студентов и курсантов протекает в рамках планового учебно-воспитательного процесса, ведущими функциями педагогического обеспечения формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям являются сферы: руководство педагогической деятельностью преподавательского состава; актуализация формирования психологической устойчивости к стрессовому воздействию студентов для успешного решения учебных задач в современных условиях.

Основой педагогического обеспечения формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям студентов и курсантов является воспитательная система вуза.

Реализация функций воспитательной системы вуза по проектированию и управлению процессом формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям специалистов спасательных формирований к деятельности может быть осуществлена посредством использования методической системы воспитательной работы вуза, введенной с целью выделения субъективных компонентов воспитательной системы образовательного учреждения.

Формирование готовности специалистов спасательных формирований к профессиональной деятельности в условиях специализированного вуза осуществляется с использованием разработанной модели воспитательной среды вуза.

Теоретическая модель формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям студентов и курсантов с использованием воспитательной системы вуза, методической системы воспитательной работы, а также воспитательной среды показана на рис. 1.



**Рис 1. Структурная модель формирования у обучающихся психологической устойчивости к стрессовому воздействию**

Современная действительность вызывает необходимость разработки для формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям специалистов воспитательной системы, методической системы воспитательной работы в вузе, технологий и методик воспитания; формирования воспитательной среды.

Реализация предложенной модели формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям соответствующих методик формирования профессиональных качеств у специалистов и позволяет перевести воспитательную работу со студентами вуза на научную основу.

Использование предложенной нами модели позволяет в условиях вуза формировать у студентов и курсантов необходимый уровень психологической устойчивости к стрессовым ситуациям.

Выводы. Формирование психологической устойчивости к стрессовым ситуациям готовность специалистов по безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях является одним из наиболее важных факторов его профессиональной подготовки. Предложено содержание понятия «психологическая устойчивость к стрессовым ситуациям» для специалистов спасательных формирований, определена ее структура, являющаяся основой для разработки психолого-педагогической модели формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям применительно к специалистам. Разработана психолого-педагогическая модель формирования психологической устойчивости к стрессовым ситуациям специалистов спасательных формирований, имеющая описательный характер и включающая определение содержания и структуры психологической устойчивости к стрессовым ситуациям, требования к ней, функции и факторы, влияющие на ее формирование в вузе. Это позволяет скоординировать усилия должностных лиц вуза по организации целенаправленного процесса формирования у обучающихся необходимых профессионально важных качеств и повысить качество и эффективность воспитательной работы в студенческих коллективах. Разработана методическая система воспитательной работы, обеспечивающая формирование психологической устойчивости к стрессовым ситуациям у специалистов спасательных формирований. Конкретизированы цели, формы и методы воспитания, создана структура, позволяющая формировать необходимый уровень психологической устойчивости к стрессовым ситуациям морально-психологической готовности специалистов МЧС России.

Литература.

1. Бондарев С.С. Формирование морально-психологической готовности у студентов высших учебных заведений / С.С. Бондарев, В.М. Усков // Системный анализ и управление в биомедицинских системах. Журнал практической и теоретической биологии и медицины. Москва: Т. 9. № 2. 2010. С. 420-426

2. Усков В.М. Особенности психопрофилактики состояний дезадаптации у участников экстремальных ситуаций / В.М. Усков, М.В. Усков, И.В. Теслинов // Сибирский медицинский журнал. Приложение 1. Материалы конгресса «Психосоциальные факторы и внутренние болезни: состояние и перспективы». Т. 26, 2011. С. 262.

3. Усков В.М. Роль воспитания морально психологической готовности в идеологической работе со студентами / В.М. Усков, М.В. Усков, С.С. Бондарев, И.В. Теслинов//



Актуальные вопросы теории и практики сестринского дела – 2010. Материалы научно-практической конференции, посвящённой 10-летию Института сестринского образования СПбГМУ им. И.П. Павлова. Санкт-Петербург. 2010. С. 82.

4. Усков В.М. Психологическая помощь и организация психопрофи-лактического процесса сотрудникам силовых структур / В.М. Усков, Ю.В. Струк, С.С. Бондарев // Воронеж: изд-во ВГТУ. 2009. 154 с.

5. Усков В.М. Особенности психо-профилактических мероприятий у лиц, перенесших нервно-психическое перенапряжение. Актуальные вопросы психиатрии, наркологии и медицинской психологии / В.М. Усков, И.В. Теслинов // Материалы 17 научно-практической конференции 11 марта 2015 г. Воронеж, 2015. С. 140-144.

6. Усков В.М. Особенности течения посттравматического стрессового рас-стройства у пациентов, перенесших черепно-мозговую травму / В.М. Усков, И.В. Теслинов, О.Л. Мелкумян // Прикладные информационные аспекты медицины Т. 19, № 1, 2016. С. 117-121.

7. Усков В.М. Морально-психологическая подготовка обучающихся в высших учебных заведениях МЧС России / В.М. Усков, И.В. Теслинов // Прикладные информационные аспекты медицины. Т. 19, № 1, 2016. – С. 122-127.

8. Ширяев О.Ю. Психиатрия катастроф и чрезвычайных ситуаций / О.Ю. Ширяев, С.Н. Подвигин, Р.Н. Романенко, Ю.Е. Мищук // Учебное пособие. Воронеж. 2011. 228 с.

#### **Abstract**

***I.V. Teslinov, V.M. Uskov, G.M. Teslinova***

#### ***PECULIARITIES OF FORMATION OF PSYCHOLOGICAL RESISTANCE TO STRESSFUL SITUATIONS IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF EMERCOM OF RUSSIA***

*Voronezh State Medical University; Voronezh Institute of Government Fire-prevention Service*

In the last decade in terms of increasing information flow, significantly re-duced the attention to formation of students creates a psychological resistance to stressful situations, the performance of vocational duties. The article develops methodical system of educational work in higher education, providing the formation of psychological resistance to stressful situations experts, its structure and place in the General system of education

Keywords: Psychological resilience to stressful situations, educational work, methodical support.

#### References.

1. Bondarev S. S. the Formation of moral-psychological readiness of students of higher educational establishments / S. S. Bondarev, V. M. Uskov // System analysis and management in biomedical systems. Journal of applied and theoretical biology and medicine. Moscow: V. 9. No. 2. 2010. P. 420-426

2. Uskov V. M. Peculiarities of psycho-prophylaxis of States of disadaptation participants in emergency situations / V. M. Uskov, M. V. Uskov, I. V. Teslinov // Siberian medical journal. Appendix 1. The proceedings of the Congress "Psychosocial factors and internal diseases: status and prospects". Т. 26, 2011. P.262.

3. Uskov, V. M. the Role of education moral psychological readiness in ideological work with students / V. M. Uskov, M. V. Uskov, Sergei Bondarev, I. V. Teslinov // Actual problems of theory and practice of nursing – 2010. Materials of scientific-practical conference dedicated to the 10th anniversary of the Institute of nursing education, Pavlov state medical University them. I. P. Pav-lova. Saint-Petersburg. 2010. P. 82.

4. Uskov V. M. Psychological assistance and organization of psychopathy-lactic process, employees of power structures / V. M. Uskov, V. Struk, S. S. Bondarev //Voronezh: publishing house Voronezh state technical University. 2009. 154 С.
5. Uskov V. M. peculiarities of psycho-prophylactic measures in individuals undergoing psychological stress. Topical issues of psychiatry, narcology and medical psychology V. M. Uskov, I. V. Teslinov// proceedings of the 17th scientific-practical conference 11 March 2015 Voronezh, 2015. P. 140-144.
6. Uskov V. M. peculiarities of post-traumatic stress dis-of ustroystva in patients after traumatic brain injury / M. V. Uskov, I. V. Tulinov, O. L. Melkumyan// Applied information aspects of medicine. Scientific-practical journal. Vol. 19, No. 1 Current issues of psychiatry, narcology and medical psychology. 18 materials of the interregional scientific-practical conference on 16 March 2016, Voronezh, 2016. S. 117 to 121.
7. Uskov V. M. Moral-psychological training of students in higher educational institutions of EMERCOM of Russia / V. M. Uskov, I. V. Teslinov// Applied information aspects of medicine. Scientific-practical journal. Vol. 19, No. 1 AK-toiling issues of psychiatry, narcology and medical psychology. 18 ma-terials of the interregional scientific-practical conference on 16 March 2016, Voronezh, 2016. P. 122-127.
8. Shiryayev O. Y. Psychiatry disasters and emergencies / O. Yu. Shiryayev, S. N. Podvigina, R. N. Romanenko, E. Yu. Mishchuk //. Textbook. Voronezh. 2011. 228 p.

Сведения об авторах: Теслинов Игорь Владимирович - к.м.н, ассистент кафедры психиатрии с наркологией ВГМУ им. Н.Н.Бурденко, e-mail: rain.vibe@mail.ru; Усков Валентин Михайлович - д.м.н., профессор. Воронежский институт государственной противопожарной службы МЧС России; Теслинова Галина Михайловна - стоматологический факультет ВГМУ им. Н.Н.Бурденко.