

### Список использованной литературы

1. Миргалеева, А. И. Лояльность и преданность персонала / А. И. Миргалеева // Междунар. науч.-исслед. журн. – 2013. – № 6. – С. 63–66.
2. Демушина, О. Н. Лояльность персонала и факторы ее формирования / О. Н. Демушина // Азимут науч. исследований: педагогика и психология. – 2015. – № 2. – С. 133–136.
3. Иванова, Н. Е. Лояльность персонала как феномен / Н. Е. Иванова // Науч. вестн. Южного ин-та менеджмента. – 2019. – № 2. – С. 23–28.
4. Тащи, К. В. Организационная культура и совладающее поведение работника / К. В. Тащи // Науч. труды Моск. гуманитар. ун-та. – 2016. – № 2. – С. 1–12.
5. Шерешкова, Е. А. Проблема формирования психологического здоровья у детей и юношей в психолого-педагогических исследованиях / Е. А. Шерешкова, О. А. Середкина // Вестн. Шадрин. гос. пед. ун-та. – 2018. – № 1 (37). – С. 123–131.

**Л. А. ОНУФРИЕВА, О. Б. ВЕРЕГА**

Украина, Каменец-Подольский, КПНУ имени Ивана Огиенко

### **ЛИЧНОСТНЫЙ РЕСУРС В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИОНОМИЧЕСКИХ ПРОФЕССИЙ**

На фоне трансформационных процессов современного общества личность постоянно находится в эмоционально насыщенных ситуациях и испытывает влияние стрессогенных факторов. Это нарушает ее равновесие и влечет за собой физическое и психическое истощение, а также деструктивные изменения в эмоциональной сфере личности, которые приводят к нарушению ее взаимодействия с внешним миром, деструкции поведения, развитию нежелательных психологических состояний. Поэтому незаурядную актуальность приобретает исследование копинг-стратегий личности, т. е. использование внутреннего регулятивного механизма поведения для управления собой. Проблема психической напряженности как состояние личности возникла в связи с развитием научно-технического прогресса и изменениями в содержании и структуре человеческой деятельности, повышением роли человеческого фактора в общественном производстве и управлении, а также в связи с необходимостью получения научных знаний о резервах человеческой психики в целях использования ее обществом.

Психическое состояние человека в каждый конкретный момент деятельности выступает не просто как сумма тех либо других частей психики, а как единая структура, определяемая целостностью личности. Это дало

основание определенным исследователям рассматривать психическое состояние как модель динамической структуры личности. Прежде всего это детерминация деятельности через сознательную регуляцию, которая выступает как специфический способ существования человека. Целеустремленность человеческой деятельности предполагает интеграцию частичных видов ее регуляции (перцептивного, мыслительного, эмоционального и т. д.), согласованность их во времени в соответствии с условиями жизненной задачи. Однако в состоянии напряженности эта согласованность часто нарушается, ее отдельные элементы начинают действовать в противоположных направлениях. В таком случае направленность деятельности и поведения зависит от системы осознанных мотивов, от отношений личности к предмету и средствам деятельности, осознания значимости цели, прогнозирования событий, принятия решений, выбора той или иной линии поведения и т. д. Иначе говоря, субъект в сложных условиях выступает не как пассивное существо, автоматически реагирующее на воздействия и приспособляющееся к ним, а как активная личность, проявляющая сознательное отношение к этим условиям.

Личностная регуляция базируется на осознании человеком комплекса связей и отношений, характеризующих его как субъекта социальных отношений, т. е. как представителя различных социальных сообществ, начиная от малых групп и заканчивая такими крупными социальными группами, как класс и нация. За принадлежностью личности к группе стоит определенная программа общественного поведения, которая находит свое выражение в системе требований, норм, правил и шаблонов деятельности – системе социальных значений. Этот момент приобретает особое значение в сложных условиях, так как в этом случае человек находится перед сложными задачами, выполнение которых, с одной стороны, носит общественно необходимый характер, а с другой – часто связано с угрозой личному благополучию человека. Это ставит человека перед разного рода альтернативами.

Личностные образования наиболее интимно связаны с целями жизни и деятельности, ценностными ориентациями и выполняют функции саморегуляции, познания и отношения человека к самому себе. Потребность в самопознании определяется необходимостью более точно и правильно выполнять деятельность в окружающей среде, строить взаимодействие с другими людьми. Осознание себя в виде устойчивого объекта предполагает внутреннюю целостность, постоянство личности независимо от изменяющихся ситуаций. Самосознание – это не просто знание себя, не просто сумма отдельных характеристик, а определенное отношение, динамическая установка по отношению к себе. Самосознание не лишено внутренних противоречий, которые являются следствием не самопроизвольной активности личности, а отражают объективные отношения, в которые вступает человек в своей деятельности [1].

Следовательно, личностная регуляция деятельности выполняет важную интегративную работу соотнесения человека с объективными условиями существования в конкретной социальной и природной среде. Но человек не только социальное существо, он имеет и телесное существование. Поэтому на психических состояниях человека отражаются особенности его как индивида, которому характерны определенные соматические, половые, возрастные и другие характеристики. Их роль как биологических механизмов деятельности существенно растет в сложных условиях. Биологические процессы человека обеспечивают целостность организма и уровень регуляции деятельности. Несмотря на то что человек не перестает быть телесным существом, его физическое существование необходимо для того, чтобы действовать ради достижения своих жизненных целей и идеалов, т. е. человеческая деятельность, насыщенная социальными атрибутами – целями, мотивами, средствами, предметами, не может не оказывать влияния на природные свойства человека. Важно упомянуть, что влияние социального и биологических процессов в состояниях напряженности осуществляется прежде всего через психические, и в частности мотивационные и эмоциональные, компоненты деятельности, их специфическое содержание. Значение этого положения можно объяснить особенностями взаимодействия психологического содержания и нейродинамических факторов, которые в реализации состояний напряженности занимают одно из первых мест. Так, в сложных условиях динамическая сторона (темп, энергия, интенсивность) деятельности и поведения приобретает достаточно существенное значение, так как она напрямую определяет эффективность, надежность человека. Этот момент хорошо прослеживается в профессиональной деятельности личности, именно при рассмотрении работоспособности личности как предпосылки надежности и выносливости человека. Работоспособность как фактор напряженности способна оказывать существенное положительное или, наоборот, ограничивающее влияние на динамические показатели профессиональной деятельности и на ее конечную результативность [2].

Понятно, что исследование психических состояний человека производится с целью оптимизации профессиональной деятельности. Говоря о работоспособности человека как потенциальной возможности индивида выполнять целесообразную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определенного времени, следует отметить, что она зависит от условий деятельности и психофизиологических ресурсов индивида, от его личной ресурсности. Общая классификация работоспособности включает два вида – общую как потенциальную, максимально возможную работоспособность при мобилизации всех резервов организма и фактическую, зависящую от текущего состояния здоровья, самочувствия человека,

а также типологических свойств нервной системы, индивидуальных особенностей функционирования психических процессов (памяти, мышления, внимания, восприятия), от оценки человеком значимости и целесообразности мобилизации определенных ресурсов организма для выполнения деятельности на заданном уровне надежности и в течение определенного времени при условии нормального воспроизводства израсходованных ресурсов организма [2].

Синдром, или феномен, «выгорания» проявляется как состояние физического и психического истощения, вызванное эмоциональным перенапряжением при работе с людьми. Личностный ресурс играет ключевую роль в жизнедеятельности человека и представляет собой его ценностно-эмоциональную сферу, включающую в себя разные характеристики. Основными социально-психологическими и возрастными характеристиками любого периода развития личности выступают: социальная ситуация развития, ведущий вид деятельности, сфера общения, психические новообразования, характеризующие интеллектуальное, эмоциональное развитие. К ресурсам психологического преодоления относятся актуализированные потенциальные возможности человека посредством способов или действий, направленных на преодоление стрессоров прошлых, нынешних или будущих ситуаций.

Таким образом, можно констатировать, что личностный ресурс играет ключевую роль в жизнедеятельности будущих специалистов социологических профессий и представляет собой его ценностно-эмоциональную сферу, включающую в себя разные характеристики. Основными атрибутами ресурсов преодоления как специфических психологических «инструментов» является осознанность, мотивация, значимость и целенаправленность их использования или накопления для преодоления с прогнозируемыми стрессовыми ситуациями. Профессиональная рефлексия, сопро-вождающая коммуникативные умения будущих специалистов социологических профессий, проявляется в процессе практического взаимодействия, когда специалист стремится адекватно понять и целенаправленно регулировать мысли, взгляды, чувства, поступки, события.

### **Список использованной литературы**

1. Онуфрієва, Л. А. До проблеми психічної напруженості та працездатності в професійній діяльності майбутніх фахівців соціологічних професій / Л. А. Онуфрієва // Держава і Церква: форми взаємодії в умовах трансформації українського суспільства : матеріали Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф., 28–29 травня 2014 р. / за заг. ред. проф. В. І. Докаша. – Чернівці : Чернівецьк. нац. ун-т, 2014. – С. 189–195.

2. Онуфрієва, Л. А. Влияние индивидуально-психологических факторов на возникновение синдрома эмоционального выгорания у специали-

тов социномических профессий / Л. А. Онуфриева // Психология здоровья : сб. материалов междунар. науч.-практ. семинара, Брест, 24 окт. 2014 г. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина ; под общ. ред. Е. И. Медведской. – Брест : БрГУ, 2014. – С. 65–69.

**Л. А. ОНУФРИЕВА, О. Н. ЧАЙКОВСКАЯ**

Украина, Каменец-Подольский, КПНУ имени Ивана Огиенко

### **ОБЗОР КЛАССИЧЕСКИХ НАУЧНЫХ ПОДХОДОВ К ПРОБЛЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ**

Психологическое здоровье человека относится к наиболее сложным проблемам психологии от донаучного ее периода до настоящего времени. Проблема здоровья всегда находилась в центре внимания представителей разных отраслей научного знания, изучающего человека: философов, психологов, медиков, социологов, педагогов. Ученые, осуществлявшие свои исследования в рамках разных научных направлений, вкладывали свое содержание в это понятие. В философии оно определяется как ценность, связанная со способностью организма человека обеспечить гармоничное единство его биологических и социальных качеств, позволяющих адаптироваться к условиям среды [1, с. 81]. Социологическая наука интерпретирует здоровье как состояние человеческого организма, характеризующееся его полной согласованностью со средой и отсутствием болезней [4, с. 44]. В медицине здоровье обычно рассматривается с точки зрения наличия или отсутствия у человека патологических симптомов [2, с. 22].

Философы античности акцентировали свое внимание на проблеме достижения гармонии физической и нравственной красоты. В научных трудах философов Сократа, Платона, Аристотеля отражены идеи гармоничного, здорового развития личности. Сократ считал человека творением Бога, где соотношение разных составляющих телесной и духовной природы человека образует внутреннее единство. Похожие мнения высказывал Платон, отмечая, что для достижения здоровья должно совершенствоваться тело и гармонизировать душу, необходимо стремиться к их равновесию. Аристотель истоком психического здоровья человека считал активность души, регулирующей все проявления физического [3].

Представители отдельных научных направлений (необихевиоризм, психоанализ, гуманистическая психология) в научном периоде психологической науки обязательно исследовали проблему психологического здоровья и отражали это в своих трудах. В необихевиоризме психическое здоровье человека сводилось к соответствию поведенческих реакций требованиям