

УДК 159.952.3–057.21

Н. В. Нежданова

соискатель кафедры клинической психологии ИИПО
ОНУ им. И. И. Мечникова
e-mail: natalia-psiholog@mail.ru.

А. Г. Пузанова

научный сотрудник
зав. лабораторией психофизиологии Укр НИИ медицины транспорта
e-mail: lab.psycho@ukr.net.

Э. М. Псядло

доктор биологических наук, профессор
заведующий кафедрой социальной помощи и практической психологии
ОНУ им. И. И. Мечникова
e-mail: psiadlo@mail.ru.

Д. С. Гарюшкин

соискатель кафедры клинической психологии ИИПО
ОНУ им. И. И. Мечникова
e-mail: garyshkin@mail.ru.

Ю. В. Горячева

соискатель кафедры социальной помощи практической психологии
ИИПО ОНУ им. И. И. Мечникова
e-mail: lab.GJV@ukr.net.

**СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ КАК НЕОТЪЕМЛЕМЫЙ КОМПОНЕНТ
ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ОПЕРАТОРОВ ОМТП**

Проведено исследование среди 152 операторов контейнерного терминала Одесского морского торгового порта (ОМТП) в возрасте от 35 до 55 лет, во время прохождения ежегодного профессионального отбора. Определены профессионально важные качества, проанализирован характер изменений исследуемых характеристик у представителей разных возрастных групп. Фокусируется внимание на необходимости и актуальности изучения особенностей становления личности в процессе профессионализации, адаптации к профессиональной деятельности, стрессоустойчивости.

Ключевые слова: личность, профессиональная адаптация, стресс, профессионально важные качества, профессионализация.

Актуальность темы. Эффективность профессиональной деятельности зависит как от генетически обусловленных свойств личности, так и от профессионально важных качеств (ПВК), знаний, умений и навыков, приобретенных в процессе деятельности [6]. Актуальность проблемы состоит в том, что профессиональная деятельность операторов контейнерного терминала протекает в особых условиях и характеризуется воздействием значительного числа стрессогенных факторов, влияние которых при недостаточном развитии профессионально важных качеств приводит к снижению эффективности выполнения деятельности, профессиональному выгоранию и психосоматическим нарушениям.

Стресс является неотъемлемым компонентом адаптации ко всем без исключения факторам. Действие стресса может повысить функциональный резерв организма — по выражению Селье — это эустресс, с другой стороны стресс может привести к истощению систем организма и возникновению донозологического состояния, которое может перейти в болезнь — это дистресс. Два исхода действия стресса зависит от адаптационных возможностей организма [1]. Проблема состоит в том, чтобы «цена адаптации» не выходила за пределы индивидуального «лимита», то есть не приводила к перенапряжению и истощению механизмов регуляции, что, в конечном счете, способствует снижению уровня здоровья [1; 10].

Однако не только экстремальные воздействия внешней среды, но и психологические факторы существенно влияют на человека. Особую разновидность стресса составляет «стресс жизни» — острые конфликтные состояния личности, вызванные стратегически значимыми социальными стрессорами [2]. Повседневные жизненные события (такие как изменения семейных и производственных взаимоотношений, состояния собственного здоровья или здоровья близких, характера деятельности или материального положения) в силу их индивидуальной значимости оказываются существенными для развития эмоционального стресса, приводящего к расстройствам здоровья [9].

Профессиональная деятельность современного оператора протекает в условиях высокого темпа, избыточности или дефицита информации, при действии помех и различных неблагоприятных факторов, оказывающих отрицательное влияние на функциональное состояние и работоспособность. В связи с этим особую значимость приобретают исследования, которые не только направлены на снижение нервно-психического напряжения и достижение психофизиологической релаксации, но и призваны предотвращать развитие стойких функциональных сдвигов.

Целью исследования является определение профессионально важных качеств, наблюдение за психоэмоциональным состоянием и уровнем стрессоустойчивости у операторов контейнерного терминала ОМТП.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 152 оператора контейнерного терминала ОМТП. Испытуемые были ранжированы по возрасту: до 35 лет, от 36 до 45 лет, от 46 до 55. Обследование проводилось в рамках планового психофизиологического профотбора операторов портовых служб ОМТП.

Использовались методики, изучающие распределение, переключение и концентрацию внимания (тест Шульте, модифицированный тест Шульте — Псядло, тест Шульте — Горбова, модифицированный тест Рисса — «Перепутанные линии») [7]. Сила, подвижность и уравновешенность нервных процессов (слухо-моторная (СМР), зрительно-моторная реакции и реакция на движущийся объект) фиксировалась с помощью компьютеризированной системы «СПАС-15» [11]. Для определения стрессоустойчивости и социальной адаптации использовалась методика Томаса Холмса и Ричарда Раге (ТСЖ), отражающая зависимость заболеваний от различных стрессогенных факторов. Авторы пришли к выводу, что психическим и физическим бо-

лезням обычно предшествуют определенные серьезные изменения в жизни человека. На основании своего исследования они составили шкалу, в которой каждому важному жизненному событию соответствует определенное число баллов, в зависимости от степени стрессогенности. В соответствии с данными исследований было установлено, что 150 баллов означают 50 % вероятности возникновения какого-либо заболевания, а при 300 баллах она увеличивается до 90 %. К примеру, сумма, приближающаяся к тремстам баллам, означает реальную угрозу психосоматического заболевания, поскольку испытуемый близок к фазе нервного истощения [12].

Психологические характеристики и актуальный эмоциональный фон оценивались с помощью теста МЦВ Люшера, с дальнейшим расчетом 12 показателей. Методика выявляет не только осознанное, субъективное отношение испытуемого к цветовым эталонам, но и неосознанные реакции. Выбор цветового ряда зависит как от набора устойчивых личностных характеристик, так и от актуального состояния, обусловленного конкретной ситуацией [3; 8]. Анализ полученных данных проводился с помощью компьютерных пакетов математико-статистической обработки — Excel.

Результаты исследования. Профессиональная деятельность операторов портовых служб сопряжена с высокой интенсивностью и напряжением всех психических и физиологических ресурсов организма. Погрузочно-разгрузочные работы в порту проводятся независимо от времени суток и метеоусловий, что является дополнительным источником профессионального стресса. Ранжируя операторов по возрастным категориям, в группе до 35 лет мы наблюдали наиболее высокий уровень работоспособности ($15,3 \pm 0,5$), который достигается ценой напряжения психофизиологических ресурсов, что отражается в повышенном показателе вегетативного коэффициента ($1,6 \pm 0,1$). Высокая продуктивность деятельности операторов сопряжена с интенсивностью переработки информации на докогнитивном уровне, что отражается в тесте «Подвижность нервных процессов» ($9,3 \pm 1,3$ %) [5]. С возрастом процент ошибок в выполнении этого теста достоверно не увеличивается, мы можем предположить, что подвижность нервных процессов в этой профессиональной группе является одним из основных ПВК, которые с возрастом сохраняют свою устойчивость. Нами было отмечено, что наиболее подвержена возрастным изменениям уравновешенность нервных процессов, отражающая баланс возбуждения-торможения коры головного мозга, что подтверждается результатами теста «Реакция на движущийся объект». С возрастом наблюдается поступательная отрицательная динамика с достоверным снижением точности реакции и увеличении количества ошибок в градусах (количество недолетов-перелетов от цели). Так в возрастной группе до 35 лет точность реакции составила ($54,7 \pm 2,3$ %), а в старшей ($43,3 \pm 2,0$ %), при увеличении количества ошибок от $161,2 \pm 10,1$ град. в возрастной группе до 35 лет — до $228,7 \pm 12,2$ в старшей возрастной группе. Также чувствительным показателем к возрастным изменениям является стандартное среднеквадратичное отклонение от средней (тест СМР), которое характеризует силу и выносливость нервной системы. В группе до 35 лет процент отклонения

составил $9,7 \pm 0,8$, а в старшей возрастной группе он достоверно выше — $12,8 \pm 1,1$. Таким образом, для операторов старшей возрастной группы при выполнении заданий с растущей динамической нагрузкой требуется больший период для адаптации к высокому темпу работ.

Эта тенденция сохраняется и в отношении имажинитивных свойств, которые индексируются модифицированным тестом Шульте — Псядло, а также наблюдается достоверный рост количества ошибок в тесте «Перепутанные линии» (табл. 1).

Наиболее оптимальное сочетание скорости и качества выполнения работ наблюдается в возрастной группе 36–45 лет, когда выполнение необходимых действий происходит по сформированному профессиональному стереотипу. Для операторов высотных кранов, работающих на контейнерных терминалах, профессионально важными свойствами являются функции объема, переключения, устойчивости внимания, а также скорость переработки информации на докогнитивном уровне (зрительно-моторные реакции), которые с возрастом не претерпевают изменений и являются устойчивыми благодаря постоянной профессиональной нагрузке [5].

Высокая интенсивность работ операторов контейнерного терминала связана с переключением и слежением за различными объектами — с грузового плана, который находится на видеомониторе в кабине крана оператора, — на палубу судна, затем на площадку терминала, куда разгружаются контейнеры с борта судна. Одновременно оператору необходимо следить за своевременным креплением контейнера и быстрым перемещением его с борта или, наоборот, на борт судна. Все команды, которые получает оператор, сидя в кабине высотного крана, подаются через наушники. Исследуемые характеристики слухо-моторных реакций (тест СНП) со стажем работы развиваются и совершенствуются. Реакция на звуковые сигналы различной интенсивности 40дБ, 60–80дБ и 100дБ также улучшается. Вышеописанные изменения характеризуются исключительно возрастной динамикой и не зависят от стажа производственной деятельности. Изменения функций высшей нервной деятельности происходят в возрастной группе 46–55 лет со стажем свыше 15 лет. Достоверных изменений психофизиологических характеристик в группах с меньшим стажем работ не выявлено.

Наблюдение за психоэмоциональным состоянием операторов контейнерного терминала в целом свидетельствует о позитивной тенденции и хорошей стрессоустойчивости. В течение года у операторов снизился уровень «эмоционального стресса» и «неблагоприятной компенсации» (табл. 2).

Нас заинтересовал факт отдельных случаев ухудшения психоэмоционального состояния сотрудников предприятия. Выяснилось, что в течение последнего года в жизни этих испытуемых происходили сложные психотравмирующие события: разводы, смерть близких членов семьи, серьезные изменения состояния здоровья членов семьи, усиление конфликтов в отношениях супругов и прочее. Для оценки устойчивости к стрессогенным факторам использовалась методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге [12].

Таблиця 1

Динамика развития профессионально значимых качеств в процессе профессионализации операторов контейнерного терминала

	M±δ до 35 лет (1)	t (1-2)	M±δ 36–45 лет (2)	t (2-3)	M±δ 46–55 лет (3)	t (1-3)
ПЭН	3,34±0,1	0,6	3,3±0,1	0,7	3,2±0,1	1,1
Уравновешанность, %	75,2±10,8	0,9	63,5 ±6,4	0,5	58,6±6,5	1,3
Количество ошибок (градусы)	161,2±10,1	2,0**	186,6±7,4	3,0**	228,7±12,2	4,3**
РДО, точность, %	54,7±2,3	1,8*	50,0±1,4	2,7**	43,3± 2,0	3,7**
Асимметрия	1,7±0,1	1,6*	1,5±0,1	0,4	1,4± 0,1	1,7*
СМР, средний % ошибок	9,3±1,3	0,8	10,8±1,4	0,6	12,2±2,0	1,2
Стандартное откл. СМР	9,7±0,8	0,8	10,5±0,6	1,9*	12,8±1,1	2,3**
Коэффициент вариации	121,3±6,8	0,4	117,8±4,0	0,7	123,1±6,6	0,2
Коэффициент асимметрии	62,1±6,4	0,1	62,8±4,0	1,1	56,1±5,0	0,7
Психозмоц. статус № 1	15,1±0,7	0,0	15,0±0,5	0,4	15,4±0,8	0,3
Психозмоц. статус № 2	15,4±0,5	1,0	16,0±0,4	0,2	16,1±0,7	0,9
Вегетативный коэффициент	1,6±0,1	2,9**	1,2±0,1	0,7	1,3±0,1	1,7*
Суммарное отклонение	12,9±1,0	1,1	14,2±0,7	0,5	13,6±1,1	0,5
Психическое утомление	3,4±0,3	1,7*	4,2±0,3	0,4	4,0±0,4	1,0
Тревожность	3,2±0,3	0,6	3,4±0,3	0,2	3,3±0,4	0,3
Психическое напряжение	2,5±0,4	0,3	2,6±0,2	0,4	2,4±0,3	0,1
Эмоциональный стресс	3,8±0,4	0,6	4,1±0,3	0,6	3,7±0,5	0,1
Работоспособность	15,3±0,5	2,4**	13,9±0,4	0,2	14,0±0,6	1,7*
Уровень тревоги	1,9±0,2	0,1	1,9±0,2	0,2	2,0±0,3	0,1
Уровень неблагопр. компенсации	1,2±0,2	0,6	1,4±0,2	0,4	1,3±0,3	0,1
Уровень конфликтов	0,7±0,2	0,5	0,6±0,2	0,5	0,7±0,2	0,1
Шульте. Время	38,7±1,7	0,5	37,7±1,2	1,5*	41,4±2,3	1,0
Шульте. Ошибки	0,1±0,1	0,9	0,1±0,1	0,6	0,1±0,1	1,06
Шульте — Псядло. Время	49,0± 2,4	1,0	46,1±1,4	2,5**	53,3±2,5	1,3
Шульте — Псядло. Ошибки	0,3±0,1	0,8	0,2±0,1	2,2**	0,8±0,2	1,7*
Шульте — Горбова. Время	135,7±4,7	0,7	139,8±3,9	0,9	146,2±5,6	1,4
Шульте — Горбова. Ошибки	0,3±0,1	1,3	0,2±0,1	0,1	0,2±0,1	1,2
ПуЛи. Время	115,7±5,8	0,2	113,6±4,6	1,5*	130,6±10,2	1,3
ПуЛи. Ошибки	0,7±0,2	3,2**	1,4± 0,2	1,2	1,8±0,3	3,5**
СНП min реакция	252,5±16,0	1,5*	226,9±6,1	1,7	195,0±18,3	2,4**
Ср. реакция	245,6±18,8	1,5*	215,5±5,9	2,1**	186,2±13,0	2,6**
max реакция	240,8±17,0	1,6*	212,5±5,7	3,0**	182,7±8,1	3,1**
Коэффициент силы	1,0±0,0	0,4	0,9±0,0	0,1	0,9±0,0	0,2

Примечание: * — $\rho < 0,1$ — тенденция; ** — $\rho < 0,01$ — достоверные различия.

Хотя в авторской интерпретации результатов опросника уровень 150–199 баллов считается высоким уровнем сопротивляемости стрессовым событиям, 200–299 пороговым, а 300 низким уровнем сопротивляемости с риском развития психосоматических реакций, у испытуемых данной группы, начиная со 160 баллов оценки устойчивости к стрессу, наблюдалось существенное ухудшение психоэмоционального фона.

Таблиця 2

**Изменения эмоционального фона у операторов контейнерного терминала
в течение 2012–2013 года**

МЦВ Люшера	$m \pm \delta$	t	$m \pm \delta$
Психоэмоциональный статус № 1	16,2±4,8	1,6*	17,9±4,5
Психоэмоциональный статус № 2	16,2±2,9	2,0**	17,7±3,4
Вегетативный коэффициент	1,2±0,5	1,2	1,1±0,4
Суммарное отклонение от АН	13,0±5,4	1,2	11,4±5,6
Психическое утомление	4,3±2,6	0,1	4,2±2,2
Тревожность	2,8±2,0	0,2	2,7±2,2
Психическое напряжение	2,4±1,6	1,1	2,0±1,7
Эмоциональный стресс	3,5±2,3	2,0**	2,5±2,2
Работоспособность	14,4±2,8	0,1	14,4±2,6
Уровень тревоги	2,0±2,2	0,6	1,6±2,1
Уровень неблагоприятной компенсации	1,1±1,2	1,9*	0,6±1,0
Уровень конфликтов	0,5±1,0	1,0	0,8±1,2

Примечание: * — $\rho < 0,1$ — тенденция; ** — $\rho < 0,01$ — достоверные различия.

МЦВ Люшера выявляет порог восприимчивости зрительного анализатора испытуемых: этот порог в значительной степени обусловлен преобладанием трофотропных (стремление к покою) или эрготропных (стремление к активности) тенденций в рамках вегетативного баланса [8]. Операторы этой группы отдают предпочтение ахроматическим цветам. Множественное воздействие стрессогенных факторов провоцирует состояние хронического нервно-психического напряжения, вызывающего истощение энергетических ресурсов организма и как результат состояние психического утомления и снижение работоспособности, что чревато ошибками в профессиональной деятельности (таб. 3).

Таблиця 3

**Эмоциональная реакция (восприятие цвета) на травматичные события жизни.
Сравнение МЦВ Люшера по ТСЖ до 160 баллов и выше**

МЦВ Люшера	$m \pm \delta$ до 160 баллов	t	$m \pm \delta$ выше 160 баллов
Психоэмоциональный статус № 1	19,3±3,9	1,7*	16,7±4,8
Психоэмоциональный статус № 2	16,4±3,3	2,1**	18,8±3,2
Вегетативный коэффициент	1,1±0,4	0,6	1,1±0,4
Суммарное отклонение	9,5±5,5	1,9*	13,1±5,2
Психическое утомление	3,3±2,0	2,4**	5,0±2,2
Тревожность	3,0±2,6	0,7	2,5±1,9
Психическое напряжение	1,3±1,5	2,3**	2,6±1,7
Эмоциональный стресс	1,9±1,8	1,5*	3,0±2,6
Работоспособность	15,1±2,6	1,5*	13,8±2,5
Уровень тревоги	1,0±1,7	1,6*	2,2±2,4
Уровень неблагоприятной компенсации	0,1	4,1**	1,2±1,2
Уровень конфликтов	0,5±1,0	1,5*	1,1±1,3

Примечание: * — $\rho < 0,1$ — тенденция; ** — $\rho < 0,01$ — достоверные различия.

Если стрессовая ситуация создает угрозу благополучию группы людей, то в малосплоченных группах происходит групповая дезинтеграция — воз-

никает активное непризнание роли руководителя, нетерпимость к личностям партнеров [4].

На эмоциональном уровне степень выраженности тревожности развивается под влиянием объективно тяжелой стрессовой ситуации, с сопутствующими защитными реакциями и с возможной длительной невротизацией личности. Ситуационно обусловленное состояние тревоги запускает механизмы защиты, которые способствуют канализации неопределенного напряженного эмоционального состояния и ощущения угрозы в качественно определенную эмоцию [8]. В нашем случае это проявление конфликтности и развитие неблагоприятной компенсации.

Сниженный порог толерантности к стрессу является прямой угрозой к состоянию психического здоровья и профессиональной надежности операторов контейнерного терминала и является прямым показанием к проведению корректирующих профилактических работ по повышению уровня стрессоустойчивости. В нашем исследовании мы поделили группу испытуемых на тех, у кого была выявлена высокая толерантность к стрессу, и группу с низкой стрессоустойчивостью, что несет в себе риск развития заболеваемости либо проявления дезадаптивных форм поведения. Однако стоит обратить внимание на испытуемого, набравшего максимальное количество баллов (489). Возраст 35 лет, стаж работы — свыше 5 лет. В течение года в его жизни произошли следующие события: изменение в состоянии здоровья членов семьи (2 случая), смерть близкого человека (2 случая), смерть близких друзей (4 случая). Также испытуемый брал ссуду на крупную покупку. Изменил свои привычки, что повлекло за собой смену стереотипов поведения. Вынужден был отказаться от привычного проведения досуга и отпуска. До произошедших стресс-травмирующих событий эмоциональный фон испытуемого отражал 1-й цветоряд теста Люшера (табл. 4).

Таблица 4

Сравнение цветового выбора испытуемого до и после психотравмирующих событий

Цветоряд 1	0	2	4	5	6	1	3	7
Цветоряд 2	2	0	4	6	1	5	7	3

Данный цветовой выбор выявил следующие тенденции: рост тревожности, эмоциональную неустойчивость. Испытуемый X стремился оградить себя от внешнего давления, сопротивлялся внешним воздействиям, пытаясь при этом сохранить свою позицию. В сравнении с изученной выборкой у данного оператора наблюдался высокий уровень психического утомления и эмоциональный стресс. Уровень неблагоприятной компенсации выше среднего показателя. Работоспособность одна из самых низких в группе (табл. 5).

С нашей точки зрения, это объясняется стрессовой ситуацией, сложившейся к тому моменту в семье испытуемого. Через год, в 2013 г., после произошедших травматичных событий психоэмоциональное состояние

Таблиця 5

Эмоциональная реакция (восприятие цвета) на травматичные события жизни испытуемого X

МЦВ Люшера	2012 г.	2013 г.
Психоэмоциональный статус № 1	13	13
Психоэмоциональный статус № 2	13	23
Вегетативный коэффициент	0,8	0,6
Суммарное отклонение	16	20
Психическое утомление	7	9
Тревожность	2	1
Психическое напряжение	1	4
Эмоциональный стресс	6	6
Работоспособность	11	10
Уровень тревоги	5	6
Уровень неблагоприятной компенсации	3	2
Уровень конфликтов	0	2

испытуемого ухудшилось (цветоряд 2) (см. табл. 4). Противодействие обстоятельствам носит защитный характер. В ситуации утраты привычного жизненного стереотипа проявляется такая черта, как ранимость. Деадаптация и эмоциональная неустойчивость сопровождаются протестной реакцией на средовые воздействия с избыточной возбудимостью. Что подтверждается и в МЦВ Люшера, где наблюдается повышение психического утомления и психического напряжения, уровня тревоги и уровня конфликтов, снижение работоспособности (см. табл. 5). Наличие трудностей мешает реализации ведущих потребностей. Однако уровень неблагоприятной компенсации снизился, что объяснить переменной во взглядах и жизненных установках, сменой мировоззрения. Когда событие несет в себе значительный эмоциональный заряд для человека и ведет к изменению уклада его жизни, может наблюдаться существенное и достаточно резкое снижение значимости ценностей, связанных с прежним жизненным стереотипом. Этому сопутствует повышение ранга ценности, относящейся к противоположной сфере жизнедеятельности человека. Но это не означает, что во всех случаях изменения будут носить негативный для личностного развития характер. Как само событие, так и связанное с ним изменение ценностных ориентаций могут восприниматься людьми по-разному и, следовательно, приводить к разным последствиям. Огромное влияние на характер изменений в жизни человека оказывают его личностные особенности, моральные качества, условия профессиональной и семейной жизни. При этом часто отмечается повышение значимости ценностей здоровья, мудрости, материально обеспеченной жизни. Такая перестройка дает человеку шанс справиться со стрессовой ситуацией.

Выводы:

1. Определены профессионально важные качества операторов контейнерного терминала.
2. Профессиональные нагрузки в пределах нормы являются тренирующими и улучшают ПВК в процессе профессионализации.

3. Сниженный порог толерантности к стрессу является прямой угрозой состоянию психического здоровья и профессиональной надежности операторов контейнерного терминала и является прямым показанием к проведению корректирующих профилактических работ по повышению уровня стрессоустойчивости.

Список использованных источников и литературы

1. Агаджанян Н. А. Проблемы адаптации и учение о здоровье / Н. А. Агаджанян, Р. М. Баевский, А. П. Берсенева. — М.: Изд-во РУДН, 2006. — 284 с.
2. Величковский Б. Т. Социальный стресс, трудовая мотивация и здоровье / Б. Т. Величковский // Российский медицинский журнал. — 2006. — № 6. — С. 8–14.
3. Гарюшкин Д. С. Влияние мотивационного компонента на профессиональный выбор операторов электротранспорта / Д. С. Гарюшкин, Э. М. Псядло, А. Г. Пузанова, Б. В. Панов // Буковинський медичний вісник. — 2012. — № 4. — С. 47–52.
4. Еникеев М. И. Общая и социальная психология: Учебник для вузов / М. И. Еникеев. — М.: Издательская группа НОРМА–ИНФРА, 1999. — 624 с.
5. Костандов Э. А. Психофизиология сознания и бессознательного / Э. А. Костандов. — СПб.: Питер, 2004. — 167 с.
6. Практикум по психологии профессиональной деятельности: Учебное пособие / под ред. Г. С. Никифорова, М. А. Дмитриевой, В. М. Снеткова. — СПб.: Речь, 2003. — 240 с.
7. Псядло Э. М. Практикум по психологии внимания: Методическое пособие / Э. М. Псядло. — Одесса: ВМВ, 2009. — 172 с.
8. Собчик Л. Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики / Л. Н. Собчик. — СПб.: Речь, 2005. — 624 с.
9. Соколова Е. Д., Березин Ф. Б., Барлас Т. В. Эмоциональный стресс: психологические механизмы, клинические проявления, психотерапия [Электронный ресурс] // *Materia Medica*. — 1996. — № 1(9). — С. 5–25. — URL: <http://flogiston.ru/library/sokolova-berezin> (дата обращения: 23.09.2014).
10. Физиология адаптации: Материалы 2-й Всероссийской научно-практической конференции (Волгоград, 22–24 июня 2010 г.) / науч. ред. А. Б. Мулик. — Волгоград: Волгоградское научное издательство, 2010. — 390 с.
11. Шафран Л. М. Теория и практика профессионального психофизиологического отбора моряков / Л. М. Шафран, Э. М. Псядло. — Одесса: Феникс, 2008. — 292 с.
12. Holmes T. H., Rahe R. H. The social readjustment rating scale // *Journal of Psychosomatic Research*. — 1967. — Vol. 11. — P. 213–218.

References

1. Agadzhanian N. A. Problems of adaptation and studies on health / N. A. Agadzhanian, R. M. Baevsky, A. P. Berseneva. — M.: RUPF, 2006. — 284 P.
2. Velickovskiy B. T. Social stress, labour motivation and health / B. T. Velickovskiy // *Russian medical magazine*. — 2006. — № 6. — P. 8–14.
3. Garyushkin D. S. Influence of the motivational component of the professional choice for operators of electric / D. S. Garyushkin, E. M. Psiadlo, A. G. Puzanova, B. V. Panov // *Bukovynska medichny visnyk*. — 2012. — № 4. — P. 47–52.
4. Enikeev M. I. General and Social Psychology: A Textbook for high schools / M. I. Enikeev. — M.: Publishing Group NORMA-INFRA, 1999. — 624 p.
5. Kostandov E. A. Psychophysiology of conscious and unconscious / E. A. Kostandov. — SPb.: Piter, 2004. — 167 p.
6. Workshop on the psychology of professional activity: tutorial / G. S. Nikiforova, M. A. Dmitriyevoy, V. M. Snetkova. — SPb.: Speech, 2003. — 240 p.
7. Psiadlo E. M. Workshop on the psychology of attention: toolkit / E. M. Psiadlo. — Odessa: VMV, 2009. — 172 p.

8. Sobchik L. N. Psychology of the personality. Theory and practice of psycho-diagnostics / L. N. Sobchik. — SPb.: Speech, 2005. — 624 p.
9. Sokolova E. D., Berezin F. B., Barlas T. V. Emotional stress: psychological mechanisms, clinical manifestations, psychotherapy [electronic resource] // *Materia Medica*. — 1996. — № 1 (9). — P. 5–25. URL: <http://flogiston.ru/library/sokolova-berezin> (date accessed: 23.09.2014).
10. Physiology of adaptation: proceedings of the 2nd All-Russian scientific and practical conference (Volgograd, 22–24 June 2010) / sc. ed. A. B. Mulik. — Volgograd: Volgograd Scientific Publishing House, 2010. — 390 p.
11. Shafran L. M. Theory and practice of professional psychophysiological selection of seafarers / L. M. Shafran, E. M. Psiadlo. — Odessa: Phoenix, 2008. — P. 182–197.
12. Holmes T. H., Rahe R. H. The social readjustment rating scale // *Journal of Psychosomatic Research*. — 1967. — Vol. 11. — P. 213–218.

Н. В. Нежданова

пошукувач кафедри клінічної психології ІПО ОНУ ім. І. І. Мечникова

А. Г. Пузанова

науковий співробітник, зав. лабораторії психофізіології

Укр НДІ медицини транспорту

Э. М. Псядло

доктор біологічних наук, професор

завідувач кафедри соціальної допомоги та практичної психології

ОНУ ім. І. І. Мечникова

Д. С. Гарюшкін

здобувач кафедри клінічної психології ІПО ОНУ ім. І. І. Мечникова,

Ю. В. Горячева

здобувач кафедри соціальної допомоги практичної психології ІПО

ОНУ ім. І. І. Мечникова

**СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК НЕВІД’ЄМНИЙ КОМПОНЕНТ ПРОФЕСІЙНО
ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ ОПЕРАТОРІВ ОИТП**

Резюме

Проведено дослідження серед 152 операторів контейнерного терміналу ОИТП (віком від 35 до 55 років), під час проходження щорічного професійного відбору. Визначено професійно важливі якості, проаналізовано характер змін досліджуваних характеристик у представників різних вікових груп. Звертається увага на необхідність і важливість вивчення особливостей формування особистості в процесі професіоналізації, адаптації до професійної діяльності, стресостійкості.

Ключові слова: особистість, професійна адаптація, стрес, професійно важливі якості, професіоналізація.

N. V. Nezhdanova

degree-seeker of Clinical Psychology Department of IIPE
of ONU by I. I. Mechnikov

A. G. Puzanova

Researcher, Head of the Laboratory of Psychophysiology
Ukrainian Research Institute of Transport Medicine

E. M. Psiadlo

doctor of biological sciences, professor

D. S. Garyushkin

degree-seeker of Clinical Psychology Department of IIPE
of ONU by I. I. Mechnikov

Yu. V. Gorjacheva

degree-seeker of Clinical Psychology Department of IIPE
of ONU by I. I. Mechnikov

**RESISTANCE TO STRESS AS AN INTEGRAL COMPONENT
OF PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES
OF OSTP OPERATORS**

Abstract

Conducted a study of 152 container terminal OSTP operators (aged 35 to 55 years), during the passage of the annual professional selection. Studied professionally important qualities. Focuses on the process of adapting to the professional activity and stress.

The aim of the study is to determine the professionally important qualities, watching psycho-emotional state and level of stress resistance at the container terminal operators OSTP.

Materials and methods according to age: younger than 35 years, from 36 to 45 years, from 46 to 55. Used test methods of Schulte, Schulte-Psyadlo test, test Schulte-Gorbova, modified test Riesz — «Entangled line.» The strength, agility and balance of the nervous processes was recorded by a computerized system, «SPAS-15». To determine the stress resistance and social adaptation used the technique of Thomas Holmes and Richard Rage. Psychological characteristics and the actual emotional state were assessed using Luscher's SCW.

The results of the study. Professional activities of operators of port services is accompanied by a voltage of mental and physiological systems of the organism. In the group of up to 35 years we have seen the highest level of performance. Productivity of operators' activity is associated with the intensity of information processing on pre-cognitive level, which is reflected in the test «The mobility of the nervous processes.» With the years the error rate did not significantly increased, we can assume that the mobility of nervous processes is a major professionally important qualities. Most susceptible to age-related changes is the steadiness of the nervous processes, as evidenced by results of the test «The response to the moving object.» With age, there is negative trend with a significant decrease in the accuracy of the reaction and increasing number of errors. For operators of the older age group in the performance of tasks with increasing dynamic load requires a longer period to adapt to the high rate of work. This trend has continued in relation to imaginative properties that are indexed by modified Schulte-Psyadlo test, and there was a significant increase in the number of errors in the test «Mixed up line.» The optimal combination of speed and quality of work we can see in the age group 36–45 years. We investigated that the characteristics of auditory-motor responses (test SNP) develop with age. All of the changes stated above

are characterized exceptionally by age dynamics and do not depend on the length of productive activities. Observation of psycho-emotional condition indicates a positive trend and a good stress resistance. During the year, the operators reduced the level of «emotional distress» and «unfavorable compensation.»

Conclusions:

The effectiveness of professional activity depends on genetically determined personality traits, and the development of professionally important qualities and level of stress resistance.

Key words: personality, professional adaptation, stress, professional qualities, professionalization.

Стаття надійшла до редакції 29.08.2014