

Попова Олеся Сергеевна

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет

физической культуры, спорта и туризма»

г. Краснодар, Краснодарский край

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО РЕАБИЛИТАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация: в статье рассматривается необходимость и актуальность создания условий для повышения психологической устойчивости будущих специалистов реабилитационной деятельности. Проведена оценка уровня психологической гибкости, стрессоустойчивости и эмоционального интеллекта студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Ключевые слова: психологическая устойчивость, стрессоустойчивость, устойчивость личности студентов, реабилитационная деятельность.

Специалисты по реабилитационной работе неизбежно сталкиваются с различного рода стрессовыми ситуациями. Вступая во взаимодействия с людьми, которые имеют различные отклонения в состоянии здоровья (ОВЗ), а нередко и инвалидность, специалист по физической реабилитации для эффективной профессиональной деятельности должен обладать высоким уровнем эмоциональной и психологической устойчивости [2].

Наличие серьезных физических дефектов практически всегда вызывает сопутствующие психологические особенности у субъекта деятельности специалиста по физической реабилитации. К основным проявлениям, которые свойственны людям, имеющим серьезные отклонения в состоянии здоровья можно отнести апатию, потерю смысла жизни, озлобленность, нежелание идти на контакт, резкое снижение самооценки, ощущение своей потерянности для общества. Особенно ярко вышеперечисленные черты личности проявляются в том

случае, если дефект был получен в процессе жизни, а не был врожденным. Это объясняется тем, что потеря здоровья и способности продолжать свою привычную жизнь становится серьезной кризисной ситуацией и, как следствие, в большинстве случаев приводит к развитию психологической травмы.

Так же достаточно сложной категорией для работы являются дети, имеющие отклонения в состоянии здоровья, и члены их семьи. Появление в семье ребенка с инвалидностью приводит к серьезным эмоциональным переживаниям, особенно у матерей. Женщина, столкнувшаяся с серьезным недугом у своего ребенка, переживает чувство вины, озлобленность, одиночество в своем горе. Однако в рамках реализации принципа роли микросоциума мать ребенка с ОВЗ является полноправным участником реабилитационного процесса и требует внимания со стороны специалиста по физической реабилитации [1].

Важно отметить, что при работе с маломобильными группа населения специалист по физической реабилитации так же сталкивается с необходимостью помощи в передвижении и выполнении упражнений занимающимся, что в свою очередь требует значительных физических усилий.

Вышеперечисленные особенности контингента, с которым в своей профессиональной деятельности встречается специалист по реабилитационной работе, предъявляют серьезные требования к его личностным качествам. Способность продолжать выполнять свою профессиональную деятельность, адаптироваться под изменяющиеся условия труда, умение наладить коммуникацию с занимающимися, продолжать оставаться устойчивым и при этом быть эмпатичным – это только малая часть необходимых составляющих специалиста по реабилитации.

Для повышения конкурентоспособности на рынке труда, профессионального роста и устойчивости к эмоциональному выгоранию встает вопрос о необходимости развития психологической устойчивости у специалистов по реабилитации еще на этапе их учебной подготовки к будущей профессиональной деятельности.

Вопрос устойчивости личности является одним из наиболее актуальных и исследуемых в психологии, особенно важно это становится в современной политической ситуации. Данное понятие является интегральным и включает в себя устойчивость к негативным факторам внешней среды, и в то же время, способность адаптироваться к постоянно изменяющимся условиям жизни [4].

Для оценки уровня психологической устойчивости будущих специалистов реабилитационной деятельности была проведена оценка показателей следующих диагностических методик: опросник психологической гибкости (Com-рАСТ), краткая шкала стрессоустойчивости, (КШСУ) (Е.В. Располин, 2009), тест эмоционального интеллекта Холла [3].

В констатирующем эксперименте приняли участие 25 обучающихся 4 курса направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» г. Краснодар.

Анализ результатов анкетирования респондентов показал, что уровень стрессоустойчивости в тесте КШСУ составил: «низкий уровень» – 30%, «средний уровень» – 70%, «высокий уровень» выявлен не был.

При анализе результатов теста эмоционального интеллекта Холла на себя обращает внимание, что количество исследуемых, имеющих низкий показатель по шкале «Управление своими эмоциями» составил 55%, так же 20% имели низкий показатель по шкале «Управление эмоциями других», низкий уровень по шкале «Эмпатия» имели 10% респондентов. Выявленные показатели свидетельствуют о возможном развитии сложностей в коммуникации, недостаточной эмоциональной гибкости, низком уровне развития навыков положительного влияния на эмоциональный фон подопечных в своей будущей профессиональной деятельности.

При оценке психологической гибкости на себя обращает внимание тот факт, что 40% респондентов имели недостаточный уровень развития данного

показателя, что так же может негативно влиять на психологическую устойчивость при работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Количественный анализ полученных данных позволил сделать вывод о недостаточном уровне развития у будущих специалистов реабилитационной деятельности таких личностных показателей, как стрессоустойчивость, способность управлять своими эмоциями (эмоциональная гибкость), открытость опыту, поведенческая осознанность.

Полученные результаты констатирующего эксперимента свидетельствуют о необходимости дальнейшего изучения и определения характеристик личности, влияющих на психологическую устойчивость в данной профессии, а так же способы и методы повышения уровня их развития и разработки данной области профессиональной подготовки специалистов по физической реабилитации. Необходимость повышения психологической устойчивости у работников данной области обусловлена тем, что в своей профессиональной деятельности она регулярно находятся в сложных ситуациях, которые требуют высокого уровня развития данного показателя. Активная работа, направленная на повышение устойчивости будущих специалистов еще в процессе обучения на этапе профессиональной подготовки будет способствовать быстрой адаптации молодого специалиста при трудоустройстве, позволит повысить эффективность их трудовой деятельности, противостоять эмоциональному выгоранию и предотвратить уход из профессии.

Список литературы

1. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 616 с. ISBN 978-5-906839-42-8. EDN WGRUDV

2. Казакова О.А. Психо-эмоциональная устойчивость у будущих специалистов социальной работы / О.А. Казакова // Вестник Самарского государственного университета: Гуманитарная серия. – 2008. – №5/1 (64). – С. 119–126. EDN: OOLKRN

3. Хребина С.В. Проблема развития психологической устойчивости личности у будущих психологов служебной сферы деятельности / С.В. Хребина, Р.М. Зверева, М.И. Байчорова // Вестник Университета Российского инновационного образования. – 2024. – №1. – С. 9–21. EDN: ZXMEUG. DOI 10.24412/2949-4524-2024-1-9-22

4. Хусаинова С.В. Концепция психологической устойчивости обучающегося в учебно-профессиональной деятельности / С.В. Хусаинова // Казанский педагогический журнал. – 2018. – №5 (130). – С. 219–223. EDN: YTERPV