

SCI-CONF.COM.UA

**GLOBAL SCIENCE:
PROSPECTS AND INNOVATIONS**



**PROCEEDINGS OF XII INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE
JULY 18-20, 2024**

**LIVERPOOL
2024**

GLOBAL SCIENCE: PROSPECTS AND INNOVATIONS

Proceedings of XII International Scientific and Practical Conference

Liverpool, United Kingdom

18-20 July 2024

Liverpool, United Kingdom

2024

САМОРЕГУЛЯЦІЯ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ДЕРЖАВНОЇ СЛУЖБИ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

Беляєва Наталія Євгеніївна
к. е. н., доцент кафедри психології
і соціології, ХНЕУ ім С.Кузнеця,
Ляшенко Богдан Юрійович
викладач кафедри психології
і соціології ХНЕУ ім С.Кузнеця,
здобувач третього (доктор філософії) рівня
вищої освіти кафедри педагогіки і
психології управління соціальними
системами ім. академіка І. Зязюна,
Національний технічний університет
“Харківський політехнічний інститут”,
м. Харків, Україна

Вступ. Актуальність дослідження саморегуляції та емоційної стійкості працівників державної служби надзвичайних ситуацій є особливо значущою у сучасному контексті. Професія, пов'язана з постійною роботою в умовах високого ризику, стресу та непередбачуваності, вимагає не тільки професійної підготовки, але й розвиненого набору психологічних компетенцій. Саморегуляція дозволяє ефективно управляти власною поведінкою та емоціями, що є критично важливим у ситуаціях з високим рівнем стресу. Емоційна стійкість же допомагає зберігати спокій та продуктивність незалежно від екстремальних обставин.

Здатність до саморегуляції в кризових умовах впливає на рішення, які приймають працівники служб надзвичайних ситуацій, і, відповідно, на результати їхньої професійної діяльності та безпеку. Належне керування стресом та емоціями може зменшити вплив негативних аспектів роботи на психіку та сприяти збереженню довгострокового психологічного здоров'я працівників. В той же час, емоційна стійкість є ключовим чинником, який дозволяє людині не просто вижити у стресових умовах, а й ефективно

функціонувати, адаптуючись до складнощів та відновлюючись після них.

Мета роботи. Метою роботи є виявлення та дослідження взаємозв'язку саморегуляції та емоційної стійкості працівників державної служби надзвичайних ситуацій.

Матеріали та методи. Дослідження було проведено в 2024 році, на базі державної пожежно-рятувальної частини. Респондентами виступили 37 працівників державної служби надзвичайних ситуацій у віці від 25 до 40 років. Дослідження проводилося у дистанційному режимі. Дослідження саморегуляції працівників державної служби надзвичайних ситуацій було проведено за допомогою методики «Стиль саморегуляції поведінки» В. І. Моросанової. Дослідження емоційної стійкості було проведено за допомогою трьох відповідних методик: «Шкала оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера, «Шкала самоефективності» Р. Шварцера та М. Єрусалема, «Методика самооцінки емоційного стану Уессмана-Рікса», статистичну обробку даних було здійснено за допомогою кореляційного аналізу (критерій Пірсона).

Результати та обговорення. Результати кореляційного аналізу саморегуляції та емоційної стійкості працівників державної служби надзвичайних ситуацій представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

Взаємозв'язок саморегуляції та емоційної стійкості працівників державної служби надзвичайних ситуацій

Стилі саморегуляції	Показники емоційної стійкості						
	Реактивна тривожність	Особистісна тривожність	Самоефективність	Спокійність-Тривожність	Енергійність-Втомленість	Піднесення-Пригніченість	Впевненість у собі-Безпорадність
Планування	0,056***	0,032***	0,196*	0,211*	0,211*	0,184*	0,212*
Модельовання	0,183*	0,198*	0,216*	0,256**	0,023***	0,052***	0,013***
Програмування	0,200*	0,220**	0,187*	0,216*	0,023***	0,022***	0,014***
Оцінювання результатів	0,230**	0,033***	0,198*	0,187*	0,267**	0,200*	0,196*
Гнучкість	0,200*	0,199*	0,193*	0,183*	0,230**	0,033***	0,230**
Самостійність	0,200*	0,220**	0,187*	0,216*	0,200*	0,199*	0,193*

Примітки: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p > 0,05$

Результати, наведені в таблиці, показують, що кореляційний аналіз, що було проведено з метою виявлення взаємозв'язку саморегуляції та емоційної стійкості працівників державної служби надзвичайних ситуацій, виявив наявність значної кількості статистично значущих кореляційних зв'язків між оцінками їхніх показників. Такий результат може бути виявлено тому, що саморегуляція та емоційна стійкість у працівників державної служби надзвичайних ситуацій тісно пов'язані та взаємопідсилюючі якості, які є вирішальними для успішного виконання їхніх професійних обов'язків. Саморегуляція забезпечує керування власною поведінкою, думками та емоціями у складних і стресових ситуаціях, а емоційна стійкість допомагає особам ефективно впоратися з емоційними викликами, зберігаючи продуктивність та об'єктивність.

Емоційна стійкість є ключовим аспектом психологічного здоров'я та добробуту людей, які працюють у надзвичайних ситуаціях. Вона допомагає людям керувати емоціями, не дозволяти їм заволодіти ситуацією та залишатися спокійними та сконцентрованими навіть у стресових умовах. Працівники державної служби надзвичайних ситуацій повинні мати здатність управляти власними емоціями та стресом, що виникає під час виконання своїх обов'язків. Це допомагає зберігати рівновагу та ефективність роботи під час кризових ситуацій. Саморегуляція дає можливість працівникам зберігати ясний розум та приймати обдумані рішення, навіть у стресових умовах, що є критичним для успішності їхніх функцій.

Успішність управління надзвичайними ситуаціями значною мірою залежить від здатності працівників до ефективної саморегуляції та збереження емоційної стійкості. Люди, які можуть ефективно контролювати свої емоції й реакції на стрес, зазвичай працюють більш продуктивно та раціонально в умовах надзвичайних ситуацій. Такі працівники можуть краще співпрацювати з колегами, ефективно керувати конфліктами та швидше приймати важливі рішення в умовах обмеженого часу.

Висновки. Зв'язок між саморегуляцією та емоційною стійкістю полягає у формуванні сильного фундаменту для професійної діяльності працівників надзвичайних служб. Вміння саморегулюватися допомагає підтримувати необхідний рівень емоційної стійкості, а стійкий емоційний стан, в свою чергу, сприяє поліпшенню та зміцненню саморегулятивних навичок. Саме ця взаємодія і робить його незамінним в умовах, де необхідно швидко та ефективно діяти, балансує між внутрішніми переживаннями та зовнішніми умовами роботи.

Загалом, взаємозв'язок саморегуляції та емоційної стійкості працівників державної служби надзвичайних ситуацій відіграє ключову роль у забезпеченні їхньої успішності та професійного розвитку. Ці психологічні аспекти сприяють збереженню спокою та рішучості в умовах стресу та допомагають зберегти високий рівень ефективності під час надзвичайних ситуацій.