

УДК 65

## БАЗОВЫЕ ТИПЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННЫХ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ПРОИЗВОДСТВ

И.Н. МЕРЗЛИКИН

**Статья представлена доктором технических наук, профессором Воробьевым В.В.**

В статье освещены аспекты некоторых типов адаптаций в условиях современных экстремальных производств и возможные последствия в рабочей деятельности при соответствующих ситуациях, представлены тактики адаптивного поведения и разобраны наиболее вероятные стили индивидуального поведения работников при различных условиях труда.

**Ключевые слова:** адаптивное поведение, экстремальное производство, адаптация, условия труда, стресс.

Проблема сбережения специалиста-профессионала, уровня его профессиональной адаптации и, как следствие, профессиональной надежности работников относится к числу наиболее «молодых», но тем не менее важных проблем современного производства. Типичным явлением, сопутствующим человеку в условиях современной жизни, стала нервно-психическая напряженность. Специалистам целого ряда профессий хорошо известно, что такое стресс. К деятельности, связанной с жесткими требованиями к исполнителю и высокой степенью риска для жизни, провоцирующими стресс, с полным основанием следует отнести пилотируемую космонавтику, авиацию, подводный флот, атомную энергетику, т.е. те сферы, где особенно важна точность применяемых решений, так как возможные ошибки могут иметь далеко идущие разрушительные последствия.

Обозначенная проблема включает в себя и сферу деятельности работников управленческого звена, в частности организаторов и специалистов авиационных производств, поскольку в процессе принятия ответственных решений нередко особую роль играет именно человеческий фактор, предполагающий умение вовремя сконцентрироваться и сохранить работоспособность в экстремальных, а порой и стрессовых ситуациях.

Подготовка специалистов-профессионалов для современного авиационного производства связана с большими материальными и временными затратами. В то же время темпы «изнашивания» организма, вынужденного функционировать на пределе физических возможностей, не позволяют работнику реализовать в полной мере свой профессиональный потенциал, порой даже не оправдывая затраченных на эту подготовку усилий.

По классификации ВОЗ приведенные выше профессии относятся к группе А, т.е. они неизбежно связаны «с повышенной степенью риска для состояния здоровья». Действительно, профессиональное долголетие летчика в среднем составляет 12 лет. К 28 годам до 30% летного состава, а старше 35 лет – до 60% имеют те или иные нарушения состояния здоровья, типичные для профессии. Ситуация с изнашиванием организма наблюдается и среди ответственных руководителей среднего и высшего звена современных интенсивных производств [1].

Поскольку стрессы и связанные с ними нервно-психические издержки в ходе рабочего процесса зачастую неизбежны, встает задача профессиональной адаптации в условиях напряженного труда. Практика требует рассмотрения способов защищенности человека от негативного воздействия профессиональной среды и формирования оптимальных тактик адаптивного поведения.

В ходе исследований, проводившихся в русле интересующей нас проблематики, были сделаны некоторые предварительные выводы. В частности, О.С. Ширяева отмечает, что необходи-

мым условием продуктивной работы и жизнедеятельности человека является оптимальная сбалансированность его организма с окружающей средой, его психофизиологическая готовность должным образом взаимодействовать с предполагаемыми обстоятельствами [1].

Н.Н. Василевский выделяет различные типы преодолевающего поведения. Наиболее полно их характеристики были рассмотрены учеными при проведении экспериментов по испытанию физических и нервно-психических ресурсов устойчивости среди кандидатов в космонавты и пилотов дальней авиации [2].

Оборудование, применявшееся в ходе эксперимента, воспроизводило замкнутый и регулируемый контур информационно-экологических отношений при наличии совокупности ограничений по экологическим и социально-психологическим параметрам, в условиях стрессового 64-часового режима непрерывной деятельности без отдыха и ночного сна.

Метод исследования имел комплексный характер и включал в себя непрерывное наблюдение за поведением, разбор полученных результатов эксперимента, оценку результативности в соответствии с нормативами достижений при работе с профессионально-имитирующими пробами, а также оценку эффективности индивидуального стиля преодолевающего поведения. Комплексность изучения была обеспечена широкими возможностями по варьированию степени интенсивности воздействующих на испытуемого факторов, постоянным психофизиологическим контролем, что позволило дать высокодифференцированную оценку качества выполняемой в ходе исследования профессионально-имитирующей деятельности. Исследования обеспечивали выявление уровня эффективности индивидуальных стилей поведения каждого из испытуемых в экстремальных условиях жизнедеятельности.

В итоге проведенных экспериментов было выделено три типа индивидуальных стилей поведения: конструктивный, рефлексивный и экстенсивный.

Посредством ранжирования показателей результативности профессионально-имитирующей деятельности было определено, что достижение одного и того же результата в случае конструктивного и рефлексивного стилей обходится меньшими психоэнергетическими затратами, что обеспечивает большую сохранность жизненных сил организма, тогда как реализация экстенсивного стиля сопряжена с большими затратами психоэнергетических ресурсов человека.

Феноменологическим критерием экстенсивного стиля поведения является чувство усилия. Испытуемые, обладающие экстенсивным стилем поведения, отличались развитым чувством долга, обязательностью, дисциплинированностью, бескомпромиссным отношением к себе и к окружающим. Желание во всем быть максимально результативным и приводило к тому, что каждая ситуация эксперимента воспринималась ими как решающая в испытании своего «Я». Это вызывало обостренное реагирование на успех или неудачу, а как результат – состояние выраженного нервного напряжения, длительное переживание которого приводило к истощению психофизиологических резервов и снижению продуктивности деятельности таких кандидатов, и в конечном итоге, возможно, к их профессиональной деградации по состоянию здоровья или в результате социально-психологической дезадаптации.

Рефлексивный стиль поведения предполагает способность к управлению поведением не столько с помощью волевого усилия, сколько посредством гармонизации мотивационной сферы, устранения в ней конфликтов путем целенаправленной перестройки значимых смыслов. В основе рефлексивного поведения лежат личностные механизмы преодоления: рационализация, отрицание, вытеснение, переоценка ценностей, переключение на другую форму активности, изменение направления аффекта с целью его нейтрализации и др. Эти механизмы обеспечивают уменьшение степени актуальности, значимости и тяжести переживания, снимают связанное с ними напряжение. Такой тип поведения позволяет осмыслить ситуацию «взглядом со стороны» [3].

В отличие от волевой саморегуляции, рефлексивный тип поведения сопровождается чувством облегчения, а не напряжения. В этом случае у человека появляется возможность сохранить себя при пребывании в сложнейших условиях жизнедеятельности в течение достаточно долгого времени.

Кроме того, возможен и аллопсихический способ адаптации, предполагающий овладение ситуацией путем активной реорганизации формирующих ее обстоятельств.

Аллопсихическая адаптация соответствует конструктивному типу преодолевающего поведения. Данный тип поведения характеризуется активным конструированием микросоциальных отношений, целесообразной организацией взаимодействия с окружением для достижения значимой цели. Помимо способности к рефлексии, владеющие таким поведенческим стилем лица обладают искусством общения и навыками установления делового контакта. Данный стиль поведения относится к сберегающим и результативным, что позволяет специалисту наиболее полно реализовать свои возможности в профессиональной деятельности, сохраняя при этом хорошее здоровье.

На основании анализа проведенных экспериментов можно сделать вывод, что организация жизнедеятельности в экстремальных условиях по экстенсивному типу поведения, нацеленного на преодоление препятствий исключительно посредством мобилизации внутренних резервов и волевого усилия, чрезмерно расточительна и в сложных условиях жизнедеятельности может приводить к дезадаптации. Соответственно специалистов, которым присущ данный тип адаптации, рациональнее использовать в условиях, не предполагающих экстремальных стрессовых нагрузок.

Напротив, рефлексивный стиль поведения, направленный на гармонизацию мотивационной сферы (устранение в ней конфликтов на основе сознательной перестройки значимых смыслов оказывается более экономичным) обеспечивает меньшую «цену адаптации» к экстремальным условиям жизнедеятельности, а следовательно, большую вероятность профессионального долголетия. В меньшей степени необходимыми качествами обладает конструктивный тип поведения, в основе которого лежат аллопсихические механизмы регуляции, обеспечивающие максимальную эффективность деятельности и сохранность функциональных резервов организма за счет рационального преобразования среды. Затраты и восстановление энергетических и психоэмоциональных ресурсов человека при конструктивном и рефлексивном поведении сбалансированы.

Следовательно, наиболее предпочтительными для выполнения ответственных профессиональных задач, диктуемых условиями современного производства, можно считать именно конструктивный и рефлексивный типы поведения.

Таким образом, квалифицированный подбор персонала и профессионально-грамотное управление поведением в экстремальных условиях производства предполагают знание особенности типа адаптивного поведения, присущего каждому конкретному специалисту, что позволяет достичь ожидаемого эффекта состояния мобилизующего напряжения для повышения устойчивости к действию неблагоприятных факторов, сохранения здоровья и высокой работоспособности.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. **Ширяева О.С.** Экстремальная среда жизнедеятельности: субъективные и объективные критерии / Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности: междунар. практич. конф. - Владивосток, 2011.
2. **Василевский Н.Н.** Нейрофизиологические механизмы регуляции адаптивной деятельности мозга. - СПб.: Изд-во «Наука», 1972.
3. **Сеченов И.М.** Рефлексы головного мозга. - М., 1981.

## BASE TYPES OF PROFESSIONAL ADAPTATION IN THE CONDITIONS OF MODERN EXTREME MANUFACTURES

**Merzlikin I.N.**

The article describes aspects of some types of adaptations in different working conditions of modern extrimal production and possible consequences of work under specific conditions manufactures are shined. Possible tactics of adaptive behavior are presented and various ways of people behavior of working in different conditions are developed.

**Key words:** adaptive behavior, extreme manufacture, adaptation, working conditions, stress.

### Сведения об авторе

**Мерзликин Игорь Николаевич**, 1985 г.р., окончил МГТУ ГА (2007), кандидат технических наук, старший преподаватель кафедры безопасности полетов и жизнедеятельности МГТУ ГА, автор 12 научных работ, область научных интересов – инженерная экология, медицина, безопасность технологических процессов и производств, профайлинг, безопасность в чрезвычайных ситуациях, экологические последствия аварий (катастроф).