

А

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Московский государственный лингвистический университет»
Евразийский лингвистический институт в г. Иркутске (филиал)

Кафедра психологии и безопасности жизнедеятельности

Сурикова Наталья Викторовна

**Основные направления развития
психологической устойчивости личности**

Выпускная квалификационная работа студента группы ЕАЛИ2-5-91

Направление подготовки: 37.04.02 Конфликтология

Направленность (профиль): Прикладная конфликтология

Научный руководитель: кандидат психологических наук, доцент
кафедры психологии и безопасности жизнедеятельности,
Никулина Татьяна Ивановна

_____ «__» _____ 20__ г.
(подпись)

Заведующий кафедрой:
кандидат биологических наук, доцент,
Гречман Людмила Николаевна

_____ «__» _____ 20__ г.
(подпись)

Заведующий выпускающей кафедрой психологии и безопасности
жизнедеятельности
кандидат биологических наук, доцент,
Гречман Людмила Николаевна

_____ «__» _____ 20__ г.
(подпись)

Иркутск 2016

А

Оглавление

Введение	<u>3</u>
Глава 1. Характерные особенности психологической устойчивости личности	<u>6</u>
1.1. Понятие психологической устойчивости личности.	<u>6</u>
1.2. Факторы, влияющие на психологическую устойчивость	<u>9</u>
1.3. Доминанты активности как опоры устойчивости личности	<u>12</u>
1.4. Внутреннее благополучие как одно из условий формирования психологической устойчивости личности	<u>14</u>
Выводы по главе 1	<u>18</u>
Глава 2. Работа психологической службы МЧС России в рамках развития психологической устойчивости	<u>20</u>
2.1. Содержание деятельности психологической службы	<u>20</u>
2.2. Содержание деятельности по развитию психологической устойчивости личности.....	<u>23</u>
2.3. Рекомендации личному составу по выработке психологической устойчивости	<u>35</u>
Выводы по главе 2.....	<u>41</u>
Заключение	<u>43</u>
Список использованной литературы.....	<u>45</u>
Приложения	<u>50</u>

Введение

Личность чаще всего определяют как человека в совокупности его социальных, приобретенных качеств. В основании почти всех теорий личности лежит предположение о том, что личность как социально-психологический феномен представляет собой жизненно устойчивое в своих основных проявлениях образование. Устойчивость личности характеризует последовательность ее действий и предсказуемость ее поведения, придает ее поступкам закономерный характер.

Современные социальные тенденции подводят общество к необходимости изучения методов формирования психологической устойчивости. Тяжелые стихийные бедствия и катастрофы - трудное испытание для многих людей. Психическая реакция человека на экстремальные условия, особенно в случаях значительных материальных потерь, гибели людей, может надолго лишить человека способности к рациональным поступкам и действиям, несмотря на "психологическую защиту", способствующую предотвращению дезорганизации психической деятельности и поведения.

Исходя из вышесказанного, актуальность данной темы заключается в изучении проблемы психологически адекватного состояния, поведения и деятельности людей в экстремальных ситуациях. В последние годы это вызывает серьезную озабоченность ученых и практиков всего мира. Следует признать, что на современном этапе имеется достаточно обоснованные данные о воздействии различных экстремальных ситуаций на личность и особенностях поведения в них. В частности, динамика состояния и поведения человека в экстремальных условиях до настоящего времени считается наименее исследованной.

Вместе с тем именно специфика реакций человека, а также их динамика во времени во многом определяют его поведение, как

непосредственно в период экстремальной ситуации, так и в последующем посттравматическом состоянии.

Проблема психологической устойчивости личности изучена достаточно глубоко. Наиболее известны работы таких авторов как Аболин Л.М., Васильева О.С., Дьяченко М.И., Ильин Е.П., Колесникова Т.И., Куликов Л. В., Кон И. С., Маришук В.Л., Немов Р.С., Оллпорт Г., Писаренко В.М., Рогов Е.И., Рубинштейн С.Л., Секач М.Ф., Суворова В.В., Сухов А.Н. и т.д. Воздействие психологических факторов экстремальных ситуаций создает предпосылки для кумуляции и развития физического утомления и переутомления, которые могут вызвать патологические изменения в организме человека с развитием психических отклонений, вплоть до возникновения посттравматического стрессового расстройства.

Несомненно, актуальным является разработка и внедрение новых эффективных комплексных психотерапевтических методик, которые могли бы быть использованы для формирования психологической устойчивости личности в экстремальных условиях. Данное направление продолжает иметь научный и практический интерес.

В связи с этим **объектом** исследования в работе является психологическая устойчивость личности.

Предметом исследования - особенности формирования психологической устойчивости личности в экстремальных ситуациях.

Исходя из объекта и предмета исследования, поставлена **цель** дипломной работы – рассмотреть работу психологической службы в рамках развития психологической устойчивости.

Цель, объект и предмет исследования позволили определить **задачи** дипломной работы:

- изучить характерные особенности устойчивости личности;
- рассмотреть содержание деятельности психологической службы;
- рассмотреть содержание деятельности по развитию психологической устойчивости сотрудников;

- обозначить практические рекомендации по развитию стрессовой устойчивости личному составу.

В работе использован ряд методов исследования: анализ научной психологической литературы; анализа содержания деятельности по развитию психологической устойчивости личности.

Теоретической значимостью работы является: изучение характерных психологических особенностей и факторов, влияющих на психологическую устойчивость; анализ доминант активности и условий формирования психологической устойчивости личности.

Практическая значимость работы заключается в рассмотрении деятельности психологической службы МЧС России, методов психокоррекции стрессовых расстройств у личного состава, позволивших определить практические рекомендации личному составу по развитию стрессовой устойчивости.