

Анастасія Калашник,
старший викладач кафедри психології
навчально-наукового інституту права та психології
Національної академії внутрішніх справ,
магістр психології

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК МЕХАНІЗМ АДАПТАЦІЇ ДО УМОВ ВОЄННОГО СТАНУ

Актуальність дослідження зумовлена низкою гострих соціально-психологічних і практичних викликів, які постали перед українським суспільством унаслідок повномасштабної збройної агресії російської федерації.

Серед зазначених чинників особливо виділяється критична потреба у підтриманні функціональної стійкості. У період воєнного стану готовність до професійної діяльності в цілому, а також її структурний компонент – психологічна готовність до діяльності, – трансформується з суто особистісної якості на стратегічний ресурс національного значення. Це стосується, насамперед, фахівців критичних сфер: медичних працівників, волонтерів, представників правоохоронних органів, психологів, державних службовців, педагогів та інших. Їхня здатність зберігати високий рівень професійної ефективності та одночасно протистояти впливу хронічного стресу й актуальних загроз є вирішальною для забезпечення життєздатності тилу, економічної стійкості, а також надання якісної психологічної та фізичної підтримки особам, постраждалим від воєнних дій.

Варто зауважити, що традиційні концепції психологічної готовності, сформовані в умовах мирного часу, виявилися недостатніми для пояснення та регуляції поведінки в ситуаціях екстремального та пролонгованого стресу. З огляду на це виникає наукова необхідність розгляду феномену психологічної готовності до професійної діяльності не як статичного стану, а як динамічного адаптаційного механізму, функція якого полягає в забезпеченні саморегуляції та ресурсовідновлення в умовах підвищеної невизначеності та небезпеки.

Особливості психологічної готовності особистості до різних видів діяльності, в тому числі і професійної, вивчали такі науковці як А. Бахтов, Ю. Бойко, С. Власенко, Н. Гуртовенко, Л. Казміренко, А. Кириченко, А. Колодяжна, О. Кокун, Г. Костюк, С. Максименко, О. Мартенко, Ю. Мартенко, Н. Мілорадова, В. Моляко, В. Москалець, А. Мудрик, Н. Пашко, Н. Петрученко, Л. Потапкіна, Л. Сердюк, Н. Спиця, С. Стрельбицька, О. Юркова та багато інших.

Незважаючи на значну кількість наявних наукових праць, комплексне вивчення психологічної готовності до професійної діяльності саме в парадигмі воєнного стану в Україні залишається недостатньо розробленим питанням, що й визначило вибір заявленої проблематики.

Психологічна готовність до діяльності дефінується як інтегративний стан особистості, що проявляється у внутрішній налаштованості, мобілізації психічних резервів та оптимальній структуризації пізнавальних, емоційно-

вольових і мотиваційних складових, які у сукупності забезпечують ефективно здійснення певних видів діяльності. Відповідно до цієї дефініції, структура феномену психологічної готовності охоплює:

1) мотиваційний компонент: провідні мотиви включають соціальні, пізнавальні, професійні (ділові), особистісні, а також мотиви уникнення.

2) когнітивний аспект: передбачає наявність належного рівня теоретичних знань, умінь та практичних навичок у сфері конкретної діяльності.

3) емоційно-вольовий аспект: розкривається через здатність до саморегуляції і самоконтролю під час виконання завдань.

4) операційний аспект: включає систему способів та методів реалізації дій.

У табл. 1 ми відобразили підходи до розуміння поняття психологічної готовності до діяльності з позицій українських психологів.

Психологічна готовність до професійної діяльності визначається як спеціалізований різновид психологічної готовності, сфокусований на виконанні обов'язків у межах конкретної професійної сфери. На додаток до загальних психічних якостей, її структура включає професійні компетентності, спеціальні навички, чітке усвідомлення соціальної значущості професії та готовність до професійних викликів і відповідальності.

Таблиця 1

Поняття психологічної готовності до діяльності

<i>Автор</i>	<i>Підхід</i>	<i>Ключові аспекти</i>
Г. Костюк [1]	Тлумачення готовності як динамічного стану особистості, що охоплює усвідомлення мети, мотивів і мобілізацію психічних функцій	Динамічність, усвідомленість, цілеспрямованість
С. Максименко [2]	Готовність до діяльності є результатом особистісного розвитку. Ефективність діяльності забезпечується мотивами, знаннями та вольовими зусиллями	Особистісний розвиток, мотиваційно-вольова сфера
В. Моляко [3]	Психологічна готовність розглядається як інтегральний прояв творчого потенціалу особистості	Творчість, інтелектуальна продуктивність, інноваційність

Порівняно із поняттям загальної психологічної готовності до діяльності, готовність до професійної діяльності має відмінності за: сферою застосування, структурою, рівнем усвідомленості, поставленою метою та вимогами. Розглядаючи детальніше психологічну структуру професійної готовності, слід зазначити, що окрім перерахованих загальних компонентів, вона обов'язково містить професійні знання, вміння, компетентності та спеціалізовані навички, якими повинен володіти фахівець у відповідній галузі [4].

В умовах воєнного стану професійна діяльність характеризується низкою екстремальних особливостей, що створюють критичні виклики, такі як: безпосередня загроза життю та здоров'ю, високий рівень нестабільності, часті

та непередбачувані зміни умов праці, інтенсивні емоційні навантаження, постійне переживання дистресу.

Теоретичний аналіз наукових джерел дозволяє стверджувати, що психологічна готовність до професійної діяльності в умовах воєнного стану набуває функції адаптаційного механізму. Це проявляється, зокрема, у наступних ключових напрямках:

1. Стабілізація психічного стану: психологічна готовність забезпечує підтримання відносно стійкого рівня емоційної регуляції, що сприяє зниженню проявів тривоги, панічних реакцій та страху.

2. Мобілізація особистісних ресурсів: активізуються внутрішні ресурси, такі як: психологічна стійкість, професійна ідентичність та ресурс соціальної підтримки.

3. Формування адаптивної поведінки: проявляється у здатності до оперативної корекції дій у відповідь на змінені обставини, а також у гнучкості, швидкому прийнятті рішень і навчанні в умовах стресу та невизначеності.

4. Підтримання професійного функціонування: забезпечення ефективного виконання професійних обов'язків із збереженням належної якості, компетентності, а також зовнішньої та внутрішньої безпеки.

Таким чином, у контексті воєнного стану психологічна готовність до професійної діяльності виступає не лише як внутрішній потенціал особистості, а й як ключовий механізм адаптації, що є необхідною умовою для збереження професійної ефективності, емоційної стабільності та соціальної стійкості в екстремальних умовах. Беручи до уваги вищевикладене, слід зазначити, що подальші наукові розвідки у цьому напрямку є перспективними.

Список використаних джерел

1. Костюк Г. С. Основні форми психічної діяльності людини. *Психологія: підручник*. Київ. 1955. С. 87–98.

2. Максименко С. Д. Загальна психологія: підручник. Київ. 2004. 254 с.

3. Моляко В. О. Психологічна готовність до творчої професійної діяльності. *Вісник НАПН України*. 2022. №4 (2). С. 1–7.

4. Сердюк Л., Петрученко Н. Зміст і структура психологічної готовності до професійної діяльності студентів з інвалідністю. URL: https://social-science.uu.edu.ua/article/709?utm_source=chatgpt.com.