

ДЕРЖАВНА ПРИКОРДОННА СЛУЖБА УКРАЇНИ
Національна академія Державної прикордонної служби України
імені Богдана Хмельницького

Сорока Олена Михайлівна

УДК 159.98:331.43(043.3)



**ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ
МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ ДО
ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ**

19.00.09 – психологія діяльності в особливих умовах

Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Хмельницький – 2018

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Національній академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького, Державна прикордонна служба України.

Науковий керівник – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник **Потапчук Наталія Дмитрівна**, Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького, науково-дослідний відділ, старший науковий співробітник.

Офіційні опоненти:

доктор психологічних наук, професор **Сафін Олександр Джамільович**, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, кафедра психології, завідувач кафедри;

кандидат психологічних наук, доцент **Каськов Ігор Васильович**, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, кафедра практичної психології, доцент кафедри.

Захист відбудеться «29» листопада 2018 р. о 09⁰⁰ годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 70.705.02 Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького за адресою: вул. Шевченка, 46, м. Хмельницький, 29000.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького за адресою: вул. Шевченка, 46, м. Хмельницький, 29000.

Автореферат розісланий «26» жовтня 2018 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради,
кандидат психологічних наук,
доцент



С. А. Чистяков

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Обґрунтування вибору теми дослідження. Для України, як морської держави з великим потенціалом, розвиток морської галузі має особливе значення в умовах динамічного євроінтеграційного руху. Важливою умовою ефективного функціонування морської галузі є функціонування системи морської освіти, яка покликана забезпечувати необхідний рівень професійної та психологічної підготовки майбутніх фахівців морського транспорту (моряків) відповідно до сучасних міжнародних вимог.

Зважаючи на зростання міжнародних вимог до якості навчання фахівців морського транспорту та на постійні прояви аварій і катастроф морського транспорту, підвищення якості їхньої професійної підготовки залишається надзвичайно актуальною потребою. Особливо така актуальність проявляється в необхідності вдосконалення професійно-психологічної підготовки моряків з метою забезпечення високого рівня їхньої психологічної готовності до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях.

Високий рівень психологічної готовності до екстремальних подій характеризує здатність фахівця морського транспорту до професійно-компетентних дій у випадку виникнення екстремальної ситуації. Тому забезпечення високого рівня психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях є актуальним завданням психологічної підготовки моряка. На міжнародному ринку морської праці вимоги до фахівця морського транспорту щодо його здатності до саморегуляції поведінки в екстремальних умовах роботодавці розглядають як важливий чинник безпеки мореплавства і зниження аварійності.

Проблема психологічної підготовки фахівців екстремального профілю діяльності, зокрема і моряків, постійно знаходиться у сфері уваги науковців (О. Бандурка, В. Бодров, О. Колесніченко, М. Корольчук, В. Крайнюк, О. Лазоренко, В. Лебедєв, В. Лефтеров, С. Миронець, В. Молотай, С. Мул, Є. Потапчук, І. Приходько, О. Сафін, Н. Сторожук, О. Тімченко та ін.). Однак, незважаючи на достатньо велику кількість наукових праць з цих питань, необхідно зазначити, що завдання психологічної підготовки фахівців морського транспорту до дій в екстремальних умовах ще не розглядалися з точки зору формування їхньої психологічної готовності до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях на основі розвитку аутопсихологічної компетентності та аутокомпетентної підготовки. Усе це актуалізує тему дисертаційного дослідження та її важливе практичне значення для безпеки мореплавства. Отже, актуальність цієї проблеми, відсутність систематизованих теоретичних і методичних її розробок, а також потреби морської практики обумовили вибір теми дисертаційного дослідження, **науковим завданням** якого є дослідження шляхів і умов формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано відповідно до плану наукової і науково-технічної діяльності Дунайського інституту Національного університету «Одеська морська академія» у межах науково-дослідної роботи «Гуманітарні аспекти у

становленні майбутнього фахівця морського флоту як компетентної особистості» (шифр 216-0163 I). Роль здобувача у виконанні цієї роботи полягає у підготовці конкурентоспроможних майбутніх фахівців морегоподарського комплексу, формуванні соціально-психологічних особливостей професійної діяльності фахівців галузі річкового та морського транспорту.

Тему дисертації затверджено вченою радою Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького (протокол № 7 від 24 грудня 2015 р.) та узгоджено в Міжвідомчій раді з координації досліджень у галузі освіти, педагогіки і психології НАПН України (протокол № 3 від 29 травня 2018 р.).

Мета дослідження – за результатами теоретичного та емпіричного вивчення проблеми підготовки фахівців ризиконебезпечних професій розробити й верифікувати систему заходів формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях.

Відповідно до поставленої мети визначено **завдання дослідження**:

1. Визначити сутність та зміст психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях та можливості її формування у системі психологічної підготовки курсантів морських навчальних закладів.

2. З'ясувати вимоги, що висуваються до особистості моряка як спеціаліста екстремального профілю діяльності.

3. Здійснити теоретичне та емпіричне дослідження шляхів та умов формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях на основі аутокомпетентнісного підходу.

4. Розробити програму формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях та здійснити її апробацію.

Об'єкт дослідження – процес формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності.

Предмет дослідження – особливості формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях.

Гіпотеза дослідження. Ефективність формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях залежить від розвитку в них здатності до психологічної саморегуляції на внутрішньоособистісному рівні. Якщо у системі психологічної підготовки курсантів морських навчальних закладів використовувати методи аутопсихологічної саморегуляції (аутогенної самокорекції тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями професійної діяльності), що ґрунтуються на основі розвитку аутопсихологічної компетентності, то це буде сприяти ефективному формуванню психологічної

готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в різних екстремальних ситуаціях.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань було використано комплекс теоретичних, емпіричних та статистичних методів: *теоретичні* – аналіз, зіставлення, порівняння, узагальнення, моделювання, систематизація та класифікація, які використовувались для дослідження специфіки діяльності фахівців морського транспорту та вимог до них в умовах впливів екстремальних чинників праці в морському судноплаванні, особливостей процесу професійної та психологічної підготовки майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях, визначення теоретичних засад і концептуальних шляхів та умов формування психологічної готовності до екстремальних ситуацій на основі психологічних критеріїв її розвитку та на підставі аутокомпетентнісного формування аутогенної саморегуляції; *емпіричні* – констатувальний та формувальний експеримент; психодіагностичні методи: спостереження, тестування, анкетування, співбесіда; *статистичні*: методи математичної статистики – порівняльний аналіз, контент-аналіз; статистичний аналіз на основі ϕ^* -критерію Фішера, χ^2 -критерію Пірсона, коефіцієнту рангової кореляції r_s Спірмена з метою виявлення кількісних та якісних характеристик результативності експериментального дослідження.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

уперше: обґрунтовано можливість та доцільність застосування аутокомпетентнісного підходу як чинника підвищення ефективності професійно-психологічної підготовки майбутніх моряків у контексті формування в них на основі аутогенної саморегуляції психологічної готовності до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях; теоретично обґрунтовано зміст програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях;

удосконалено: змістове наповнення компонентів психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях (мотиваційно-когнітивний, емоційно-вольовий та операційний); наявні теоретико-методологічні підходи щодо ефективного формування та розвитку психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях з урахуванням вимог, що висувуються до особистості моряка як спеціаліста екстремального профілю;

подальшого розвитку набули: наукові уявлення про екстремальні ситуації професійної діяльності моряка; шляхи навчально-практичної роботи щодо аутокомпетентнісного формування психологічної готовності майбутніх моряків до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях (інтеграція комплексу фундаментальних і спеціальних професійних знань моряка разом із спеціальними психологічними знаннями; *гуманізація* та гуманітаризація морської освіти; *індивідуалізація* навчального процесу підготовки майбутніх фахівців морського транспорту).

Практичне значення результатів дослідження полягає у розробці програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях, а також у її практичному впровадженні в процес підготовки курсантів морського навчального закладу. Матеріали дослідження можуть бути використані у військово-морських та морських навчальних закладах держави.

Основні результати дослідження впроваджено в навчальний процес Ізмаїльського інституту водного транспорту (довідка про впровадження № 13 від 08.05.2018 р.), Одеського національного морського університету (довідка про впровадження № 8551 від 21.05.2018 р.), Дунайського інституту Національного університету «Одеська морська академія» (довідка про впровадження № 313 від 25.05.2018 р.).

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження обговорювалися на науково-практичних конференціях: *міжнародних* – «Проблеми та перспективи розвитку науки на початку 3 тисячоліття у країнах Європи та Азії» (м. Переяслав-Хмельницький, 2015 р.), «Бочаровські читання» (м. Харків, 2016 р.), «Actual questions and problems of development of social sciences» (Kielce, 2016), «Соціалізація і ресоціалізація особистості в умовах сучасного суспільства» (м. Київ, 2016 р.), «Дослідження різних напрямів розвитку психології та педагогіки» (м. Одеса, 2016 р.), «Вплив досягнень психологічних і педагогічних наук на розвиток сучасного суспільства» (м. Харків, 2017 р.), «Людина та соціум: сучасні проблеми взаємодії (психологічні та педагогічні аспекти)» (м. Львів, 2017 р.), «Modern methods, innovations and operational experience in the field of psychology and pedagogics» (Lublin, 2017), «Сучасні підходи до високоефективного використання засобів транспорту» (м. Ізмаїл, 2017 р.); *всукраїнських* – «Новітні напрямки переоснащення, експлуатації та ремонту суднових систем» (м. Ізмаїл, 2015 р.), «Сучасні підходи до високоефективного використання засобів транспорту» (м. Ізмаїл, 2016 р.).

Публікації. Основні результати дослідження за темою дисертації опубліковано у 17 наукових працях, із них 5 наукових статей – у фахових виданнях України у галузі психології, 1 стаття – у виданні, що входить до міжнародних наукометричних баз, 11 публікацій – у матеріалах наукових конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, який налічує 221 найменування, і 5 додатків. Обсяг основного тексту складає 177 сторінок та містить 2 рисунки на 2 сторінках і 13 таблиць на 11 сторінках.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **першому розділі** – «Теоретичні основи психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях» – розкрито результати теоретичного аналізу досліджень професійної діяльності (далі – ПД) фахівців морського транспорту як діяльності в екстремальних умовах, а також вимог, що висуваються до

особистості моряка як спеціаліста екстремального профілю, досліджено структурні компоненти психологічної готовності фахівця морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях.

За висновками дослідників (В. Дулін, М. Корольчук, П. Криворучко, В. Крутецький, А. Побідаш, А. Страхов та ін.), ПД моряків відбувається в екстремальних умовах та характеризується насиченістю екстремальними ситуаціями. Це обумовлено невід'ємною присутністю в сутнісних характеристиках ПД моряків високого ризику для життя, що визначається різноманітними екстремальними чинниками та їх комплексною взаємодією. Наслідком екстремальних фахово-обумовлених впливів на фахівців морського транспорту є виникнення психоемоційного напруження, тривожності, страху, депресій, невротизацій, порушень функціональних станів та інших дезадаптивних проявів, які негативно впливають на здоров'я моряка, на виконання ним своїх професійних обов'язків, на безпеку плавання.

Екстремальні умови діяльності моряка обумовлюються наявністю екстремальних ситуацій, що виникають на основі дії різних небезпечних чинників: людських (індивідуально-особистісних та соціально-психологічних); виробничо-технічних (техногенних); природних (погодно-кліматичних, катастрофних) тощо. З'ясовано, що до екстремальних ситуацій ПД моряка разом із сукупністю аварійних ситуацій на судні належать: загроза піратського полону, загроза терористичного акту, вплив небезпечного природного явища, катастрофи, стихійного лиха. Саме тому важливою умовою забезпечення надійності ПД моряків є формування психологічної готовності фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях як важливої складової системи психологічного управління безпекою на морському транспорті.

Серед вимог до особистості фахівця морського транспорту, як спеціаліста екстремального профілю, визначено базовий комплекс професійно важливих психологічних якостей, який відображає можливість здійснення ПД на основі поняття «безпечне мореплавство» (Г. Броневицький, Т. Зайцева, П. Криворучко Л. Шафран). Цей комплекс містить: фахово-обумовлений рівень розвитку уваги, мислення, оперативної пам'яті; професійно-нормований рівень тривожності; підвищений рівень емоційної стійкості і стресостійкості; розвинена здатність до психічної саморегуляції та життєстійкості; фахово необхідний рівень показників соціально-комунікативних якостей. Він забезпечується вимогами визначення професійно-психологічної придатності осіб для ПД на морському транспорті та реалізується процедурою професійного психофізіологічного відбору кандидатів на навчання у морських навчальних закладах.

Важливою вимогою до особистості фахівця морського транспорту є його здатність до психічної саморегуляції (ауторегуляція), яка сприяє підтримці високого рівня психологічної готовності до ПД в екстремальних ситуаціях. При зростанні стресових екстремальних навантажень здатність до психічної саморегуляції визначає можливість не лише зберігати, але й підвищувати показники ефективності діяльності (Л. Дика, В. Лефтеров, В. Марищук, В. Панкратов). Особистісно-психологічний ресурс ауторегуляції дозволяє

фахівцю морського транспорту в екстремальних ситуаціях протидіяти появі станів професійно-особистісної дезадаптації. Саморегуляція внутрішньої сфери особистості моряка в умовах екстремальності подій трансформується в ефективні професійно-компетентні дії у зовнішній сфері ПД. Вочевидь, на діяльнісному рівні це буде виявом психологічної готовності фахівця морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях.

Дослідження психологічних аспектів проблеми ефективності та надійності ПД в особливих і екстремальних умовах засвідчило, що високий рівень психологічної готовності фахівця до ПД в екстремальних ситуаціях може бути ефективно забезпечений на основі аутопсихологічного підходу (А. Деркач, Л. Степнова, В. Зазикін та ін.). Розвиток аутопсихологічної компетентності фахівців є основою формування їхньої психологічної готовності до ПД в екстремальних ситуаціях, що дозволяє сформувати в них ефективну аутокомпетентісну здатність до самокорекції, самоконтролю та саморегуляції. Така здатність до аутокомпетентісної саморегуляції фахівця визначає високий рівень його психологічної готовності до ефективної самокерованої професійної діяльності в екстремальних умовах. Формування інтегративних аутопсихологічних новоутворень особистості моряка визначає його високу здатність до саморегуляції та самокорекції станів тривоги і страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями ПД як складову психологічної готовності до різних екстремальних ситуацій. Психологічна готовність фахівця до діяльності в умовах екстремальних впливів забезпечує надійність і компетентність професійних дій на рівні ефективної здатності до самокорекції та саморегуляції на основі об'єктивного самоусвідомлення.

Оптимізація психологічної готовності фахівця до ПД в екстремальних ситуаціях забезпечується розвитком його аутопсихологічної компетентності на основі здатності до ефективної аутогенної саморегуляції. Це сприяє повноцінній реалізації вольового налаштування потенційних можливостей його психіки та організму на аутопсихологічну реалізацію попередньо сформованої установочної психологічної моделі діяльності, яка призначена для врівноваження самокерованості психіки фахівця (Ю. Голіков, М. Корольчук, П. Криворучко та ін.).

Психологічна готовність фахівця до діяльності в екстремальних ситуаціях відображає такі її складові як: професійно важливі якості особистості; мотиви вибору та здійснення роботи за професією; інтелектуальна, емоційна та вольова сфери особистості; знання, вміння та навички ефективної фахової діяльності (як операційний елемент на основі компетентісного підходу). Зазначені складові, узагальнені в єдину структуру психологічної готовності, відображають низку компонентів психологічної готовності фахівця морського транспорту до діяльності в екстремальних ситуаціях, зокрема: мотиваційно-когнітивний, емоційно-вольовий та операційний компоненти.

Осмислення теоретичного матеріалу дозволяє дійти висновку, що в контексті аутопсихологічного підходу загальний рівень розвитку психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях позитивно корелює з показниками розвитку аутопсихологічної

компетентності професіонала. Високий рівень психологічної готовності моряка до екстремальних ситуацій ПД може бути ефективно забезпечений на основі аутокомпетентнісного підходу розвитком його здатності до ефективної аутогенної саморегуляції. Психологічна готовність фахівця до діяльності в екстремальних умовах розглядається як аутопсихологічно керована здатність до експрес-саморегуляції та самокорекції в умовах стресових навантажень з метою підтримки оптимального функціонального стану працездатності працівника (А. Деркач, Л. Дика, В. Зазикін, Л. Степнова).

Сучасні дослідження свідчать про доцільність застосування аутокомпетентнісного підходу для ефективного формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях. З'ясовано, що психологічна готовність визначає ефективну здатність майбутніх моряків до самокорекції тривоги і страхів перед екстремальними професійними ситуаціями на основі аутокомпетентнісного розвитку аутогенної саморегуляції. В умовах екстремальності професійних ситуацій аутокомпетентнісна саморегуляція фахівця морського транспорту сприяє аутогенному блокуванню розвитку негативних психічних станів. Це стосується наявних ще до моменту розвитку екстремальної ситуації негативних станів і тих станів, розвиток яких обумовлюється процесом екстремальної динаміки самої екстремальної ситуації.

У **другому розділі** – «Теоретичне та експериментальне обґрунтування шляхів і умов формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях» – у контексті аутокомпетентнісного підходу розкрито та обґрунтовано зміст шляхів роботи з формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях та сутність зовнішніх і внутрішніх умов забезпечення цього процесу в морському навчальному закладі, визначено структуру, етапність та особливості форм реалізації програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях.

Аналіз наукової літератури свідчить, що психологічна готовність майбутнього фахівця морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях на основі розвитку аутопсихологічної компетентності забезпечується комплексом *зовнішніх та внутрішніх* психолого-педагогічних умов. До зовнішніх умов належать моделювання та керованість процесу навчальної підготовки майбутніх моряків комплексом педагогічних, психологічних, організаційних та інших заходів. Основними заходами комплексу є: застосування активних форм когнітивного навчання на основі проблемного підходу, сукупність психологічних тренінгів, актуалізація аутопсихологічної компетентності майбутнього фахівця морського транспорту в умовах плавальної й технологічної практики та навчання на тренажерах.

Система психологічного забезпечення процесу аутокомпетентнісного формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях акумулює в собі *зовнішні*

психолого-педагогічні умови забезпечення цього процесу, зокрема три блоки: соціально-психологічний, психодіагностичний та індивідуально-психологічний.

Соціально-психологічний блок передбачає проведення з майбутніми моряками низки заходів, зокрема: лекційно-інформаційного спецкурсу за тематикою «Психологія екстремальних ситуацій на морському транспорті», комплексу психологічних тренінгів, спрямованих на розвиток компонентів психологічної готовності майбутнього моряка до екстремальних ситуацій; навчально-практичної діяльності на навчальних заняттях, в умовах плавальної практики, а також на спеціалізованих тренажерах тощо. На заняттях активно застосовується метод психологічного моделювання завдань, умов, ускладнень та труднощів ПД моряків в екстремальних умовах.

Заходи *психодіагностичного блоку* (індивідуальна співбесіда, анкетування, тестування) застосовуються з метою індивідуалізації процесу навчально-професійної підготовки у морському навчальному закладі. Вони спрямовані на врахування індивідуально-особистісної складової майбутніх фахівців морського транспорту під час формування їх психологічної готовності до екстремальних професійних ситуацій.

Індивідуально-психологічний блок психологічного забезпечення процесу формування психологічної готовності майбутніх моряків до екстремальних професійних ситуацій містить індивідуальну роботу з розвитку аутопсихологічної саморегуляції (аутогенної самокорекції тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями ПД). Основні зусилля спрямовуються на практичний розвиток аутокомпетентнісних складових (самоконтролю, самокорекції, саморегуляції) психологічної готовності майбутнього фахівця морського транспорту до дій в екстремальних ситуаціях. Основними завданнями є: індивідуальне опанування аутокомпетентнісних технологій аутогенної саморегуляції на базі психологічного тренінгового курсу та аутокомпетентнісної роботи курсантів щодо засвоєння комплексної методики аутогенного тренування і ефективних психотехнік.

За результатами теоретичного дослідження з'ясовано, що *внутрішніми умовами* формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій є особистісний комплекс професійно-важливих рис, а також знань і практичних вмінь та навичок. Комплекс визначає структуру психологічної готовності з точки зору системного структурування аутопсихологічної компетентності (мотиваційно-когнітивний, емоційно-вольовий, операційний компоненти) на основі 18 критеріїв психологічної готовності до екстремальних ситуацій ПД.

Складовими психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій ПД є:

мотиваційно-когнітивний компонент (вид мотивації майбутніх моряків; мотивація особистості до уникнення невдач; когнітивний стиль як характеристика саморегуляції поведінки (імпульсивність/рефлексивність);

емоційно-вольовий компонент (особистісна тривожність; рівень вияву психічних станів (тривожність, фрустрація, агресивність); загальна вольова

саморегуляція та самовладання; емоційно-вольова стійкість (стійкість до стресу, здатність до саморегуляції);

операційний компонент (сформованість операційних ланок системи аутопсихологічного процесу самокерування майбутніх фахівців морського транспорту як готовність їхнього реагування на труднощі професійного майбутнього).

Операційні ланки здатності самоуправління: «орієнтація в ситуації», «прогнозування», «планування», «самоконтроль»; стиль саморегуляції диференціює майбутніх моряків за операційними характеристиками: автономність/залежність; вияви показників життєстійкості як характеристик здатності до збереження оптимального рівня працездатності та активності в стресогенних умовах, організації в таких умовах діяльності. Життєстійкість дозволяє долати тривогу та страхи і на цій основі ефективно долати стресогенні (екстремальні) ситуації. Загальний показник «життєстійкість» та компонент «challenge» (прийняття виклику), який характеризує готовність діяти в стресогенних (екстремальні) умовах, є операційними характеристиками психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до самокорекції тривоги та страхів.

Особистісно-професійний комплекс відображає сформованість у майбутнього моряка психологічної готовності до діяльності в екстремальних ситуаціях на основі розвитку аутопсихологічної компетентності щодо ефективної самокорекції тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями ПД. Характеристики розвитку аутопсихологічної компетентності спеціаліста (адаптивність, самостійність, тривожність, депресивність, активність діяльності, відповідальність, сміливість при зіткненні з невизначеністю, мотиваційна спрямованість на професійну успішність, здатність до саморегуляції) адекватно відображають сутнісні характеристики сформованості психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях.

До внутрішніх, індивідуально-особистісних, умов формування психологічної готовності до ПД нами також віднесені: рефлексія професійного становлення, аутоідентифікація з позитивними професійними мотивами та зразками діяльності; активний аутопсихологічний моніторинг внутрішньоособистісних протиріч майбутнього моряка між досягнутим і необхідним рівнями професійного становлення особистості.

За результатами дослідження розроблено програму формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях. Метою програми є формування психологічної готовності майбутніх моряків до ПД в екстремальних ситуаціях на основі аутокомпетентнісної здатності до аутогенної самокорекції тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями у ПД.

Етапи програми мають конкретну мету і своє змістовне наповнення.

I. Підготовчий етап формування психологічної готовності. Головна мета – створити організаційні та психолого-педагогічні умови процесу формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в

екстремальних ситуаціях, спланувати навчально-практичну роботу на основі реалізації стратегічних принципів інтеграції, гуманізації та індивідуалізації. *Основними завданнями підготовчого етапу є:* організаційні; організаційно-психологічні (реалізація принципу індивідуалізації навчання майбутніх моряків у процесі аутокомпетентнісного розвитку психологічної готовності); психолого-педагогічні (інформаційно-психологічна підготовка у формі лекційно-інформаційного спецкурсу «Психологія екстремальних ситуацій та її специфіка на морському транспорті»). Підготовчий етап спрямовано на розвиток мотиваційно-когнітивного компонента психологічної готовності.

II. Етап формування психологічної готовності на основі аутокомпетентнісного розвитку психічної саморегуляції майбутнього фахівця морського транспорту. Головна мета – практичне формування та розвиток аутокомпетентнісних складових (самоконтролю, самокорекції, саморегуляції) психологічної готовності до екстремальних ситуацій ПД майбутнього моряка. *Основними завданнями цього етапу є:* рефлексивно-діагностичні (аутопсихологічна рефлексія вихідного рівня розвитку психологічної готовності; визначення завдань аутокомпетентнісного розвитку критеріїв психологічної готовності фахівця до екстремальних ситуацій) та психологічні (опанування за допомогою психологічних тренінгів аутокомпетентнісних технологій аутогенної самокорекції, самоконтролю та саморегуляції, засвоєння на основі аутогенного тренування ефективних способів психологічної самокорекції). Етап формування спрямовано на розвиток емоційно-вольового та операційного компонентів психологічної готовності.

III. Заключний етап формування психологічної готовності (практична діяльність майбутніх фахівців морського транспорту щодо розвитку психологічної готовності до екстремальних ситуацій в умовах плавальної практики). Головна мета – завершення процесу формування психологічної готовності майбутніх моряків до ПД в екстремальних ситуаціях, вдосконалення майбутніми фахівцями в умовах плавальної практики аутопсихологічних навичок аутогенної самокорекції тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями ПД. *Основними завданнями заключного етапу є:* практичне застосування майбутніми моряками в умовах плавальної практики аутокомпетентнісних умінь та навичок діяти в екстремальних ситуаціях ПД; індивідуальне самовдосконалення майбутніми моряками аутогенних вмінь та навичок самокорекції, самоконтролю та саморегуляції в умовах перебування на судні; оцінка наявного рівня аутопсихологічної сформованості психологічної готовності майбутніх моряків до ПД в екстремальних ситуаціях, умінь та навичок аутогенної самокорекції тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями ПД. Заключний етап спрямовано на розвиток усіх компонентів психологічної готовності: мотиваційно-когнітивного, емоційно-вольового та операційного.

Отже, авторська програма визначає надійність, ефективність і компетентність алгоритмів професійних дій майбутнього моряка в екстремальних ситуаціях на основі підвищення рівня його аутогенної здатності до саморегуляції.

У третьому розділі – «Експериментальна перевірка ефективності програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях» – обґрунтовано методику експериментальної перевірки ефективності авторської програми, здійснено аналіз та інтерпретацію результатів експериментального дослідження.

Проведене перед початком експерименту дослідження однорідності експериментальної вибірки за рівнем сформованості рівня психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій ПД виявила виконання умови $\varphi^*_{\text{емп}} \leq \varphi^*_{\text{кр}}(p \leq 0,05) = 1,64$. Результати дослідження засвідчили, що в масштабі всієї генеральної вибірки ($n = 214$) між експериментальною (далі – ЕГ) і контрольною (далі – КГ) групами жодних статистично значущих розбіжностей не виявлено.

Для перевірки ефективності програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях для контролю динаміки змін психологічної готовності було визначено адекватні завданням експерименту психодіагностичні методики. У процесі реалізації програми проведено діагностичні зрізи критеріїв психологічної готовності на констатувальному етапі (Зріз 1) та після закінчення формувального етапу (Зріз 2). Отримані за результатами експерименту показники було статистично опрацьовано з метою виявлення відмінностей (статистична гіпотеза H_1) з показниками його констатувального етапу. Результати статистичної обробки наведено в таблиці 1, де: СВ – спеціальність «Судноводіння» ($n = 105$; ЕГ = 52, КГ = 53 осіб); ЕСЕУ – спеціальність «Експлуатація суднових енергетичних установок» ($n = 109$; ЕГ = 57, КГ = 52).

Аналіз результатів експериментального дослідження, отриманих під час практичної реалізації програми, дає можливість зробити такі висновки:

– в усіх КГ статистичне дослідження значень $\chi^2_{\text{емп}}$ та критичних значень $\chi^2_{\text{кр}}(p \leq 0,05)$ виявило відсутність відмінностей на статистично значущому рівні $p \leq 0,05$ до та після формувального експерименту. У всіх КГ (майбутніх суднових енергетиків і судноводіїв) динаміка змін показників є різноспрямованою, позитивно-помірною, характерною за відсутності спрямованого впливу авторської програми;

– в усіх ЕГ дослідження значень $\chi^2_{\text{емп}}$ та критичних значень $\chi^2_{\text{кр}}(p \leq 0,05)$ виявило наявність достовірних відмінностей на статистично значущому рівні $p \leq 0,05$ до та після формувального експерименту. Крім цього, для критеріїв чотирьох методик статистична значущість зафіксованих відмінностей є достовірною і на рівні $p \leq 0,01$ для майбутніх судноводіїв та суднових енергетиків.

Дослідження рівня розвитку аутопсихологічної компетентності за методикою Л. Степной засвідчило: результатом спрямованого впливу програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях є статистично достовірне (на статистично значущому рівні $p \leq 0,05$) зростання рівня аутопсихологічної компетентності майбутніх моряків в ЕГ (судноводіїв, суднових енергетиків) та

статистично достовірна ($p \leq 0,05$) відсутність її спрямованого зростання в усіх КГ.

Таблиця 1 – Результати дослідження статистичного характеру змін психологічних показників сформованості психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях після закінчення формувального експерименту

№ з/п	Психодіагностична методика	Критерій сформованості психологічної готовності	Спеціальність	$\chi^2_{\text{емп.}}$		$\chi^2_{\text{кр.0,05}}$	$\chi^2_{\text{кр.0,01}}$
				КГ	ЕГ		
1	МАС (М. Кубишкіної)	Вид мотивації	ЕСЕУ	2,193	6,598	5,991	9,210
			СВ	0,761	7,641		
2	Т. Елерса	Мотивація уникнення невдач	ЕСЕУ	1,659	11,764	7,815	11,345
			СВ	3,312	15,148		
3	Дж. Кагана	Когнітивні стилі саморегуляції	ЕСЕУ	1,084	9,746	7,815	11,345
			СВ	1,429	8,215		
4	Спілберга-Ханіна	Особистісна тривожність	ЕСЕУ	1,869	8,426	5,991	9,210
			СВ	2,021	9,169		
5	Діагностика психічних станів Г. Айзенка	Тривожність	ЕСЕУ	1,426	9,955	5,991	9,210
			СВ	1,743	9,312		
		Фрустрація	ЕСЕУ	1,613	7,129		
			СВ	3,916	8,427		
		Агресивність	ЕСЕУ	1,465	6,649		
			СВ	2,072	8,327		
6	Вольової саморегуляції (А. Зверков, Є. Ейдман)	Загальна вольова саморегуляція	ЕСЕУ	1,304	9,610	9,488	13,277
			СВ	2,431	11,272		
		Самовладання	ЕСЕУ	0,886	9,029	5,991	9,210
			СВ	0,535	10,409		
7	FPI	VI шкала: Стійкість до стресу	ЕСЕУ	1,217	7,592	5,991	9,210
			СВ	1,616	6,898		
		XI шкала: Саморегуляція	ЕСЕУ	1,551	7,936	5,991	9,210
			СВ	0,989	7,643		
8	Здатність самоуправління» М. Пейсахова (операційні ланки управління)	Орієнтація в ситуації	ЕСЕУ	0,874	8,023	5,991	9,210
			СВ	0,936	8,298		
		Прогнозування	ЕСЕУ	1,365	7,627		
			СВ	1,128	8,007		
		Планування	ЕСЕУ	0,882	10,458		
			СВ	1,611	6,340		
		Самоконтроль	ЕСЕУ	1,494	7,720		
			СВ	1,497	9,393		
9	Г. Пригіна	Стиль саморегуляції	ЕСЕУ	1,701	7,096	5,991	9,210
			СВ	1,560	7,846		
10	Тест життестійкості С. Мадді	Загальна життестійкість	ЕСЕУ	0,797	6,307	5,991	9,210
			СВ	0,923	6,956		
		Прийняття виклику	ЕСЕУ	1,336	7,413		
			СВ	0,902	7,323		

Дослідження характеру статистичного зв'язку між показниками аутопсихологічної компетентності на констатувальному етапі та результатів експертної оцінки психологічної готовності майбутнього моряка до ПД в

екстремальних ситуаціях за результатами «Анкети експертної оцінки...» (етап після завершення програми) засвідчило відсутність статистично достовірних ($p \leq 0,05$) кореляційних зв'язків (виконується умова $r_{s \text{ емп.}} < r_{s \text{ кр.}(p \leq 0,05)}$). Отже, низький рівень розвитку аутопсихологічної компетентності майбутніх фахівців морського транспорту (етап до початку експерименту) не відповідає рівню ефективно сформованої (впливом програми) психологічної готовності майбутнього моряка до ПД в екстремальних ситуаціях. Така статистично достовірна ($p \leq 0,05$) невідповідність фіксується і для ЕГ, і КГ вибірки майбутніх судноводіїв та суднових енергетиків.

При дослідженні характеру статистичного зв'язку між показниками аутопсихологічної компетентності після закінчення формувального експерименту виявлено наявність статистично достовірного ($p \leq 0,05$) прямого кореляційного зв'язку між виявленими показниками для всіх чотирьох груп експериментальної вибірки, оскільки виконується умова: $r_{s \text{ емп.}} \geq r_{s \text{ кр.}(p \leq 0,05)}$. Для двох груп (обидві групи – майбутні судоводії) зазначена умова також виконується і на рівні значущості $p \leq 0,01$. В усіх чотирьох групах контрольної вибірки (і для майбутніх судноводіїв, і для майбутніх суднових енергетиків) виконується умова $r_{s \text{ емп.}} < r_{s \text{ кр.}(p \leq 0,05)}$, що свідчить про відсутність статистично достовірних кореляційних зв'язків.

Отже, отримані результати експерименту статистично достовірно ($p \leq 0,05$) свідчать про доцільність застосування аутокомпетентнісного підходу для ефективного формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях. Сформована на аутокомпетентнісній основі ефективна здатність майбутнього моряка до аутогенної саморегуляції, самоконтролю та самокорекції визначає високий рівень його психологічної готовності до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях.

Апробація програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до ПД в екстремальних ситуаціях засвідчила її ефективність, що уможливило її застосування в морських навчальних закладах відповідно до сучасних вимог Міжнародної Конвенції про підготовку і дипломування моряків та несення вахти. Результати експериментального дослідження дозволили розробити практичні рекомендації майбутнім фахівцям морського транспорту щодо самокорекції тривоги та страху перед ймовірними екстремальними ситуаціями ПД. З цією метою підібрано комплексні вправи для загального заспокоєння, досягнення тренованої м'язової релаксації, а також для зміцнення емоційно-вольової сфери.

ВИСНОВКИ

1. За результатами теоретичного дослідження визначено, що професійна діяльність фахівців морського транспорту відбувається в екстремальних умовах діяльності та характеризується насиченістю екстремальними ситуаціями, що обумовлено комплексним впливом різноманітних екстремальних чинників. До екстремальних ситуацій професійної діяльності моряка разом із сукупністю аварійних ситуацій на судні належать: загроза піратського полону, загроза

терористичного акту, вплив небезпечного природного явища, катастрофи, стихійного лиха тощо.

Важливою умовою забезпечення безпеки на морі та надійності професійної діяльності фахівців морського транспорту є формування в них психологічної готовності до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. Розвиненість у моряків здатності до психологічної саморегуляції на внутрішньоособистісному рівні відіграє важливу роль у системі безпеки та зниження аварійності на морському транспорті в екстремальних умовах. Результати дослідження свідчать про доцільність застосування аутокомпетентнісного підходу для ефективного формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. Така готовність визначає ефективну здатність майбутніх моряків до самокорекції тривоги і страхів в екстремальних ситуаціях на основі аутокомпетентнісного розвитку аутогенної саморегуляції. В умовах екстремальності професійних ситуацій аутокомпетентнісна саморегуляція моряка сприяє аутогенному блокуванню активації розвитку негативних психічних станів, присутніх до моменту розвитку екстремальної ситуації (тривога, страх, депресивність, професійна самотність тощо), і тих станів, розвиток яких обумовлюється процесом екстремальної динаміки самої екстремальної ситуації.

Психологічна готовність фахівця до діяльності в екстремальних ситуаціях відображає такі її складові як: професійно важливі якості особистості (їх базовий фахово-обумовлений рівень); мотиви вибору та здійснення професійної діяльності; інтелектуальна, емоційна та волюва сфери особистості; знання, вміння та навички ефективної фахової діяльності (як операційний елемент на основі компетентнісного підходу). Ці складові відображаються в таких компонентах психологічної готовності фахівця морського транспорту до діяльності в екстремальних ситуаціях як: мотиваційно-когнітивний, емоційно-вольовий та операційний компоненти.

2. Серед основних вимог, що висуваються до особистості моряка як спеціаліста екстремального профілю діяльності, є наявність базового комплексу професійно важливих психологічних якостей, які дозволяють здійснювати ефективну професійну діяльність (безпечне мореплавство). При цьому вивчення особистісного комплексу професійно важливих психологічних якостей фахівця морського транспорту дозволяє виявляти рівень його професійно-психологічної придатності для професійної діяльності на морському транспорті. Наявність цього комплексу визначає можливості ефективного формування та розвитку психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. Важливим компонентом вищезгаданого комплексу є розвиненість якостей, що визначають здатність до психічної саморегуляції. Це створює підґрунтя для ефективного самоузгодження внутрішньої активності суб'єкта діяльності в умовах екстремальності подій та перенесення саморегульованої та самоконтрольованої діяльнісної активності у зовнішню сферу відповідно до професійних вимог.

3. З метою формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях, на основі аутокомпетентнісного підходу ефективними напрямками психологічного вдосконалення процесу їхньої підготовки у навчальних закладах визначені такі стратегічні шляхи навчально-практичної роботи як: інтеграція комплексу фундаментальних і спеціальних професійних знань моряка разом із спеціальними психологічними знаннями; *гуманізація* та гуманітаризація морської освіти; *індивідуалізація* навчального процесу підготовки майбутніх фахівців морського транспорту.

Психологічна готовність майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях на основі розвитку аутопсихологічної компетентності забезпечується комплексом *зовнішніх* та *внутрішніх* психолого-педагогічних умов, що визначають ефективність процесу його професійної підготовки. Зовнішніми умовами формування психологічної готовності майбутніх моряків до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях є три блоки: соціально-психологічний, психодіагностичний та індивідуально-психологічний. Щодо внутрішніх умов, то їх відображає особистісний комплекс професійно-важливих рис, знань і практичних вмінь та навичок. Комплекс визначає структуру психологічної готовності з точки зору системного структурування аутопсихологічної компетентності (мотиваційно-когнітивний, емоційно-вольовий, операційний компоненти).

4. За результатами дослідження розроблено програму формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях, яка на основі підвищення рівня аутопсихологічної компетентності, сприяє розвитку здатності до самокорекції, самоконтролю, саморегуляції майбутніх моряків як показників їх психологічної готовності до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. Загальна структура програми містить три послідовних етапи формування психологічної готовності майбутніх моряків на базі розвитку аутопсихологічної компетентності в процесі професійної підготовки, контроль 18 критеріїв психологічної готовності під час реалізації навчальних та практичних заходів. Етапи авторської розробки мають свою конкретну мету і своє змістовне наповнення.

Аналіз результатів експериментального дослідження, отриманих під час практичної реалізації авторської програми та опрацьованих методами математичної статистики, дає можливість зробити висновок про її ефективність. При дослідженні характеру статистичного зв'язку між показниками отримані результати експерименту статистично достовірно ($p \leq 0,05$) свідчать про доцільність застосування аутокомпетентнісного підходу для ефективного формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності. Сформована на аутокомпетентнісній основі ефективна здатність майбутнього моряка до аутогенної саморегуляції, самоконтролю та самокорекції визначає високий рівень забезпечення психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях.

5. Змістовність програми формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях визначено на основі підвищення рівня аутопсихологічної компетентності майбутніх моряків щодо розвитку аутогенної самокорекції (саморегуляції) тривоги та страху перед ймовірними фаховими екстремальними ситуаціями. На основі обґрунтування характеристик, можливостей та переваг комплексної методики аутогенного тренування, яку подано в авторській програмі, опрацьовано практичні рекомендації щодо самостійної підготовки майбутніх моряків до екстремальних ситуацій. Практичні рекомендації визначено з урахуванням можливостей ефективного навчального засвоєння комплексної методики аутогенної саморегуляції і для її самостійного ефективного застосування в професійній діяльності моряків.

Перспективними напрямками *подальших досліджень* цієї проблематики є розробка інтегрованих курсів саморегуляції майбутніх моряків із урахуванням специфіки впливу різних екстремальних чинників морського судноплавства.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати

1. Сорока О. М. Професійна діяльність моряків як діяльність в екстремальних умовах. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : психологічні науки* : зб. наук. праць. Херсон : Херсонський державний університет, 2015. Вип. 4. С. 137–143.

2. Сорока О. М. Характеристика вимог до особистості фахівця морського транспорту як спеціаліста екстремального профілю. *Проблеми екстремальної та кризової психології* : зб. наук. праць. Харків : НУЦЗУ, 2016. Вип. 20. С. 271–282.

3. Сорока О. М. Компоненти психологічної готовності фахівця морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності. *Педагогіка і психологія професійної освіти* : наук.-метод. журнал. 2016. № 4. С. 163–175.

4. Сорока О. М. Шляхи та умови формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності. *Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія* : наук. журнал. 2016. Том 21. Випуск 4 (42). С. 184–195.

5. Сорока О. М. Програма формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : психологічні науки*. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2017. № 2 (7). С. 159–177.

6. Сорока О. М. Організація та результати експериментального дослідження з формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : психологічні науки* : зб. наук. праць. Херсон : Херсонський державний університет, 2017. Вип. 1. С. 174–180.

Опубліковані праці апробаційного характеру

7. Сорока О. М. Психофізичні аспекти «людського фактору» при виконанні задач довгострокового рейсу. *Проблеми та перспективи розвитку науки на початку 3 тисячоліття у країнах Європи та Азії* : матер. XII Міжнар. наук.-практ. інтернет-конференції (м. Переяслав-Хмельницький, 30–31 берез. 2015 р.). Переяслав-Хмельницький : Переяслав-Хмельницький держ. пед. університет імені Г. Сковороди, 2015. С. 123–124.

8. Сорока О. М. Соціально-психологічні особливості адаптації українських моряків в умовах тривалого рейсу. *Новітні напрямки переоснащення, експлуатації та ремонту суднових систем* : матеріали VI Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Ізмаїл, 10 груд. 2015 р.). Ізмаїл : ІФ ОНМА, 2015. С. 104–108.

9. Сорока О. М. Аналіз вимог до фахівця морського транспорту як фахівця екстремального виду діяльності. *Бочаровські читання* : матер. наук.-практ. конференції [з міжнар. участю], присвяченої пам'яті проф. С. П. Бочарової (м. Харків, 18 берез. 2016 р.). Харків, 2016. С. 98–101.

10. Сорока О. М. Екстремальні чинники у професійній діяльності моряків. *Actual questions and problems of development of social sciences* : International Scientific-Practical Conference (Kielce, 28–30 June 2016). Kielce : Holy Cross University, 2016. P. 107–110.

11. Сорока О. М. Структура психологічної готовності фахівців морського транспорту до професійної діяльності екстремального характеру. *Соціалізація і ресоціалізація особистості в умовах сучасного суспільства* : матер. V Міжнар. наук.-практ. конференції (м. Київ, 11–12 лист. 2016 р.). Київ : Віваріо, 2016. С. 126–128.

12. Сорока О. М. Особливості формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до екстремальних ситуацій професійної діяльності. *Дослідження різних напрямів розвитку психології та педагогіки* : матер. міжнар. наук.-практ. конференції (м. Одеса, 18–19 лист. 2016 р.). Одеса : Південна фундація педагогіки, 2016. С. 45–47.

13. Сорока О. М. Психологічна готовність як один із основних чинників успішної діяльності фахівців морського транспорту в екстремальних умовах. *Сучасні підходи до вискооефективного використання засобів транспорту* : матер. VII Всеукр. наук.-практ. конференції (м. Ізмаїл, 8 груд. 2016 р.). Ізмаїл : ДІ НУ «ОМА», 2016. С. 158–161.

14. Сорока О. М. Експериментальне дослідження особливостей формування психологічної готовності майбутнього фахівця морського транспорту до дій в екстремальних ситуаціях. *Вплив досягнень психологічних і педагогічних наук на розвиток сучасного суспільства* : зб. тез міжнар. наук.-практ. інтернет-конференції (м. Харків, 10–11 берез. 2017 р.). Харків : Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2017. С. 89–93.

15. Сорока О. М. Алгоритм дій щодо підготовки майбутніх фахівців морського транспорту до діяльності в екстремальних ситуаціях. *Людина та соціум: сучасні проблеми взаємодії (психологічні та педагогічні аспекти)* : зб.

тез наук. робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (м. Львів, 22–23 верес. 2017 р.). Львів : Львівська педагогічна спільнота, 2017. С. 26–29.

16. Сорока О. М. План формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до діяльності в екстремальних ситуаціях. *Modern methods, innovations and operational experience in the field of psychology and pedagogics* : International research and practice conference (Lublin, 20–21 October 2017). Lublin, 2017. S. 164–167.

17. Сорока О. М. Умови формування психологічної готовності фахівців морського транспорту до професійної діяльності екстремального характеру. *Сучасні підходи до високоефективного використання засобів транспорту* : матер. VIII Міжнар. наук.-практ. конференції (м. Ізмаїл, 7 грудня 2017 р.). Ізмаїл : ДІ НУ «ОМА», 2017. С. 213–216.

АНОТАЦІЇ

Сорока О. С. Формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук зі спеціальності 19.00.09 – психологія діяльності в особливих умовах. – Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького, Хмельницький, 2018.

Дисертацію присвячено дослідженню проблеми психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. З'ясовано, що до екстремальних ситуацій професійної діяльності моряка належать: сукупність аварійних ситуацій на судні, загроза піратського полону, загроза терористичного акту, вплив небезпечного природного явища, катастрофи, стихійного лиха.

Визначено доцільність та можливість застосування аутокомпетентнісного підходу для ефективного формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. В умовах екстремальності професійних ситуацій аутокомпетентнісна саморегуляція моряка сприяє аутогенному блокуванню активації розвитку негативних психічних станів, присутніх до моменту розвитку екстремальної ситуації, і тих станів, розвиток яких обумовлюється процесом екстремальної динаміки самої екстремальної ситуації.

Здійснено теоретичний аналіз проблеми психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. Обґрунтовано вимоги, що висуваються до особистості моряка як спеціаліста екстремального профілю діяльності, а також шляхи та умови формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях на основі аутокомпетентнісного підходу. Розроблено програму формування психологічної готовності майбутніх фахівців морського транспорту до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. Програма передбачає три послідовних етапи формування психологічної готовності майбутніх моряків на

основі розвитку аутопсихологічної компетентності в процесі професійної підготовки.

Ключові слова: психологічна готовність, екстремальні ситуації, фахівці морського транспорту, аутопсихологічна компетентність, саморегуляція.

Сорока О. С. Формирование психологической готовности будущих специалистов морского транспорта к профессиональной деятельности в экстремальных ситуациях. – Квалификационная научная работа на правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.09 – психология деятельности в особых условиях. – Национальная академия Государственной пограничной службы Украины имени Богдана Хмельницкого, Хмельницкий, 2018.

Диссертация посвящена исследованию проблемы психологической готовности будущих специалистов морского транспорта к профессиональной деятельности в экстремальных ситуациях. Выяснено, что к экстремальным ситуациям профессиональной деятельности моряка относятся: совокупность аварийных ситуаций на судне, угроза пиратского плена, угроза террористического акта, влияние опасного природного явления, катастрофы, стихийного бедствия.

Определена целесообразность и возможность применения аутокомпетентностного подхода для эффективного формирования психологической готовности будущих специалистов морского транспорта к профессиональной деятельности в экстремальных ситуациях. В условиях экстремальности профессиональных ситуаций аутокомпетентностная саморегуляция моряка способствует аутогенному блокированию активации развития негативных психических состояний, присутствующих к моменту развития экстремальной ситуации, и тех состояний, развитие которых обуславливается процессом экстремальной динамики самой экстремальной ситуации.

Осуществлен теоретический анализ проблемы психологической готовности будущих специалистов морского транспорта к профессиональной деятельности в экстремальных ситуациях. Обоснованы требования, которые предъявляются к личности моряка как специалиста экстремального профиля деятельности, а также пути и условия формирования психологической готовности будущих специалистов морского транспорта к профессиональной деятельности в экстремальных ситуациях на основе аутокомпетентностного подхода. Разработана программа формирования психологической готовности будущих специалистов морского транспорта к профессиональной деятельности в экстремальных ситуациях. Программа предусматривает три последовательных этапа формирования психологической готовности будущих моряков на основе развития аутопсихологической компетентности в процессе профессиональной подготовки.

Ключевые слова: психологическая готовность, экстремальные ситуации, специалисты морского транспорта, аутопсихологическая компетентность, саморегуляция.

Soroka O. S. The formation of psychological readiness of future specialists of maritime transport for professional activity in extreme situations. – Qualifying scientific work on the manuscript.

The thesis is for obtaining the scientific degree of the candidate of psychological sciences in speciality 19.00.09 – Psychology of Activity in the Special Conditions. – The National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine named after Bohdan Khmelnytskyi, Khmelnytskyi, 2018.

The thesis deals with the research of the issue of psychological readiness of future specialists of maritime transport for professional activity in extreme situations. It has been revealed that extreme situations of professional activity of the specialists of maritime transport are: a set of emergency situations aboard a ship, the threat of pirate captivity, the threat of terrorist act, the impact of hazardous natural phenomenon, disasters, acts of God.

The expediency and the possibility of application of the autocompetency-based approach for effective formation of psychological readiness of future specialists of maritime transport for professional activity in extreme situations have been determined. In conditions of extreme professional situations, autocompetent self-control of the seaman contributes to the autogenous blocking of the development activation of negative mental states present prior to the development of extreme situations and those the development of which are determined by the process of extreme dynamics of the most extreme situation.

The theoretical analysis of the issue of psychological readiness of future specialists of maritime transport to professional activity in extreme situations has been carried out. The requirements applicable to the seaman as a specialist of the extreme activity profile, as well as the ways and conditions of the formation of the psychological readiness of future specialists of maritime transport for professional activity in extreme situations based on the autocompetency approach has been explained. The program of formation of psychological readiness of future specialists of maritime transport for professional activity in extreme situations has been developed. The program provides for three consecutive stages of formation of psychological readiness of the future seamen on the basis of the development of autopsychological competence in the process of professional training.

Key words: psychological readiness, extreme situations, specialists of maritime transport, autopsychological competence, self-control.