

Список литературы

1. Федулова, М. А. Модель процесса дополнительного профессионального обучения рабочих в условиях промышленного предприятия / М. А. Федулова, Э. Р. Закиров. Текст: непосредственный // Инновации в профессиональном и профессионально-педагогическом образовании: материалы 25-й Международной научно-практической конференции. Екатеринбург: Рос. гос. проф.-пед. ун-т, 2020. Т. 2. С. 337–338.

2. Федулова, М. А. Применение средств наглядности в процессе подготовки по рабочей профессии / М. А. Федулова, З. Ю. Квитковская. Текст: непосредственный // Инновации в профессиональном и профессионально-педагогическом образовании: материалы 24-й Международной научно-практической конференции, 23–24 апреля 2019 г. Екатеринбург: Рос. гос. проф.-пед. ун-т, 2019. С. 557–559.

3. Шилова, О. Н. Информационная культура в профессиональной подготовке современного педагога / О. Н. Шилова. Текст: непосредственный // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2004. Т. 4, № 9. С. 149–158.

УДК 656.7-051:[331.445:159.944.4]

Н. О. Садовникова, Д. К. Юсупов, Н. А. Сеногноева

N. O. Sadovnikova, D. K. Yusupov, N. A. Senognoeva

ФГАОУ ВО «Российский государственный

профессионально-педагогический университет», Екатеринбург

Russian state vocational pedagogical university, Ekaterinburg

nosadovnikova@gmail.com, yusup77@list.ru, sennataliya2005@yandex.ru

СТРЕСС-СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ

У ПИЛОТОВ ГРАЖДАНСКОЙ АВИАЦИИ

STRESS COPING BEHAVIOR IN CIVIL AVIATION PILOTS

Аннотация. В статье рассмотрены современные психолого-педагогические средства формирования стресс-совладающего поведения пилотов гражданской авиации, базирующиеся на методике управления возможностями экипажа.

Abstract. The article deals with modern psychological and pedagogical means of forming stress-coping behaviour of civil aviation pilots, based on the methodology of Crew Resource Management.

Ключевые слова: пилот, гражданская авиация, стресс-совладающее поведение, управление возможностями экипажа.

Keywords: pilot, civil aviation, stress-coping behaviour, crew resource management.

Профессия пилота гражданской авиации характеризуется одним из наиболее высоких уровней ответственности труда, поэтому предполагает обязательное наличие необходимых для этого знаний и навыков. Ответственность за большое количество людей, целиком и полностью зависящих от профессионального мастерства пилота, налагает на него особые обяза-

тельства. В связи с этим профессиональная деятельность пилота может спровоцировать появление психологических проблем, связанных с возникновением и накоплением стресса.

Выявление и анализ стресса как особого психологического феномена стало предметом исследования учёных, начиная с конца XIX века. Вместе с тем, чёткой категоризации понятий, связанных со стрессом, до сих пор нет. Так, Р. Лазарус [5] дифференцирует стресс физиологический, обусловленный физическим состоянием организма, и стресс психологический, связанный с нервно-эмоциональным дискомфортом человека. В.В. Суворова [10] отождествляет понятия стресса и эмоционального состояния. Э. Гельгорн и Дж. Луфборроу [2] трактуют стресс как некий адаптационный синдром, выражающийся в эндокринных изменениях. По мнению Н.И. Наенко [7] и П.Б. Зильбермана [3], вместо термина «стресс», во избежание медико-биологического контекста, целесообразно использовать понятие «психическое напряжение».

Несмотря на терминологические различия, в общем смысле стресс можно охарактеризовать как крайнюю степень психической напряжённости, связанную с сильным отрицательным воздействием на деятельность человека. Вместе с тем, поскольку современная жизнь способствует появлению всё большего количества напряжённых психологических ситуаций, понимание природы стресса и его проявлений далеко от завершения. Ещё одним важным фактором является то, что, несмотря на терминологическую рассогласованность, теоретики и практики сходятся в мысли о разработке форм и методов преодоления стресса и его влияния на жизнедеятельность личности, в том числе – в рамках экстремальных видов деятельности, к которым относится и профессия пилота гражданской авиации.

Терминологизация понятия, означающего преодоление стресса, также до конца не оформлена. Чаще всего, в российской психологической традиции используется понятие «совладающее поведение», или же «копинг-стратегии». Вместе с тем, сущностное наполнение данных терминов в исследованиях различных авторов неодинаково. Так, с точки зрения Л.А. Китаева-Смыка [4], речь идёт о купировании стресса, К.К. Платонов [8] отождествляет копинг со стрессоустойчивостью, В.С. Ротенберг и В.В. Аршавский [9] – с определённой поисковой активностью, В.А. Бодров [1] – с особенностями защитных механизмов преодоления. В целом, стресс-совладающее поведение может быть охарактеризовано как поведение, направленное на приспособление к сложившимся об-

стоятельствам и подразумевающие сформированные навыки применения определённых средств для преодоления эмоционального стресса [6].

Как уже было отмечено выше, профессия пилота гражданской авиации подразумевает повышенную ответственность за результаты профессиональной деятельности. Вместе с тем, необходимость постоянного слежения за приборами, готовность моментально отреагировать в случае нештатной ситуации, а также необходимость тесно взаимодействовать с партнёром по кабине, может спровоцировать возникновение и развитие стрессовых состояний. Такое положение дел негативно влияет на готовность и способность к выполнению профессиональных обязанностей, поэтому важной и актуальной задачей современной авиационной психологии и педагогики является такая подготовка пилота, которая позволила бы ему выполнять свои обязанности, во-первых, максимально эффективно, а во-вторых, с наименьшими эмоциональными и нервно-психическими затратами.

В последнее время в рамках авиационной психологии и педагогики всё большее внимание уделяется такой методике обучения, как Crew Resource Management (CRM) – управление возможностями экипажа. Данная методика применяется в обучении персонала в таких сферах деятельности, где человеческий фактор может привести к катастрофе. Сущность её заключается в том, чтобы формировать и регулировать отношения членов команды или экипажа в кабине, в том числе тех, которые касаются руководства и принятия решений. Таким образом, ориентируясь на построение грамотных межличностных и профессиональных взаимоотношений в кабине, методика CRM способствует минимизации факторов, вызывающих стрессовые ситуации. Иными словами, понимание и принятие принципов CRM обеспечивает формирование у пилота эффективных навыков стрессовладающего поведения.

Перечислим основные области обучения в рамках программы CRM. Во-первых, речь идёт о таком построении межличностных отношений, при котором развиваются навыки активного слушания и выстраивания эффективной обратной связи. Базисными вещами в этом плане являются вежливая настойчивость, уважение к напарнику, признание персональной ответственности, а также учёт индивидуально-личностных особенностей партнёра, в том числе его возраста, темперамента, уровня знаний и т.д. Во-вторых, акцент делается на развитии осведомлённости об окружающей обстановке. Пилот должен чётко осознавать, на каком этапе полёта он находится, обладать навыками сознательного контроля за развитием ситуации,

а также предвидеть возможные отклонения (отказ приборов, внезапное изменение погодных условий) и способы борьбы с ними.

В-третьих, формируются навыки решения проблем, принятия грамотных решений. Пилоты должны научиться принимать оптимальные решения при отсутствии единства мнений. В-четвёртых, предполагается такое развитие лидерских качеств, которое подразумевает не излишнюю самоуверенность, а готовность и способность слышать и принимать мнения каждого члена экипажа. В-пятых, развитие навыков осознания и преодоления стресса как у самого пилота, так и у других членов экипажа. В-шестых, особое внимание уделяется формированию и развитию навыков предполётного анализа, оценки ситуаций в полёте, а также послеполётного разбора.

Обучение по методике CRM осуществляется как в рамках теоретических занятий с использованием необходимой визуализации, так и в рамках практических занятий – ролевых игр, специальных упражнений, социально-психологических тренингов. Немаловажным элементом подготовки является психологическая диагностика пилотов, позволяющая выявить особенности их эмоционально-волевой и коммуникативной сферы, а также выявить возможные психологические нарушения. Таким образом, в рамках профессионального обучения пилот гражданской авиации приобретает не только технические знания, но и навыки эффективного взаимодействия, грамотного распределения обязанностей, само- и взаимоконтроля. Именно это, в конечном счёте, обеспечивает психолого-педагогическую подоплёку формирования у пилотов стресс-совладающего поведения.

Список литературы

1. *Бодров, В. А.* Проблема преодоления стресса. Ч. 1: «Copying stress» и теоретические подходы к его изучению / В. А. Бодров. Текст: непосредственный // Психологический журнал. 2006. № 1. С. 122–133.
2. *Гельгорн, Э.* Эмоции и эмоциональные расстройства: нейрофизиологическое исследование / Э. Гельгорн, Дж. Луфборроу; пер. с англ. О. С. Виноградовой; под ред. П. К. Анохина. Москва: Мир, 1966. 672 с. Текст: непосредственный.
3. *Зильберман, П. Б.* Эмоциональная устойчивость оператора / П. Б. Зильберман. Текст: непосредственный // Очерки психологии труда оператора. Москва: Наука, 1974. С. 138–172.
4. *Китаев-Смык, Л. А.* Психология стресса: психологическая антропология стресса / Л. А. Китаев-Смык. Москва: Академический Проект, 2009. 943 с. Текст: непосредственный.
5. *Лазарус, Р. С.* Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. С. Лазарус. Текст: непосредственный // Эмоциональный стресс: сборник статей / под ред. Л. Леви. Ленинград: Медицина, 1970. С. 178–208.

6. *Малкина-Пых, И. Г.* Стратегии поведения при стрессе / И. Г. Малкина-Пых. Текст: непосредственный // Московский психологический журнал. 2005. № 12. С. 15–25.
7. *Наенко, Н. И.* Психическая напряжённость / Н. И. Наенко. Москва: Издательство Московского университета, 1976. 112 с. Текст: непосредственный.
8. *Платонов, К. К.* Структура и развитие личности: психология личности / К. К. Платонов; отв. ред. А. Д. Глоточкин. Москва: Наука, 1986. 255 с. Текст: непосредственный.
9. *Ротенберг, В. С.* Поисковая активность и адаптация / В. С. Ротенберг, В. В. Аршавский. Москва: Наука, 1984. 193 с. Текст: непосредственный.
10. *Суворова, В. В.* Психофизиология стресса / В. В. Суворова. Москва: Педагогика, 1975. 208 с. Текст: непосредственный.

УДК 371.321:[373.5.032:340.114.5]

Ю. И. Симанкова, Н. А. Сеногноева

Yu. I. Simankova, N. A. Senognoeva

***ФГАОУ ВО «Российский государственный
профессионально-педагогический университет», Екатеринбург***

Russian state vocational pedagogical university, Ekaterinburg

Volkova.39.Julia@yandex.ru, sennataliya2005@yandex.ru

**ПРОЕКТИРОВАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА
ПО ПРАВОВОМУ ВОСПИТАНИЮ ПОДРОСТКОВ
DESIGNING THE ACTIVITIES OF THE TEACHER
ON LEGAL EDUCATION OF ADOLESCENTS**

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению уровней педагогического проектирования правового воспитания подростков. Представлены направления деятельности педагога в рамках правового воспитания.

Abstract. The article is devoted to the consideration of the levels of pedagogical design of legal education of adolescents. The directions of the teacher's activity in legal education are presented.

Ключевые слова: педагогическое проектирование, правовое воспитание, подростки.

Keywords: pedagogical design, legal education, adolescents.

На современном этапе развития общества правовое воспитание является важным и значимым компонентом образовательно-воспитательной системы. Представляя собой неотъемлемую часть морально-нравственного и интеллектуального развития современной личности, оно является идеологическим базисом государства, заинтересованного в законопослушных гражданах.

Прежде всего, обратимся к рассмотрению понятия «правовое воспитание». Так, О.А. Воробьева отмечает, что оно может быть рассмотрено