m_educ_2025_151

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА

Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи

Кафедра практичної психології

Особливості схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки

Кваліфікаційна робота

Рівень вищої освіти – другий (магістерський)

Виконала:
студентка 2 курсу, 622 групи
Серафінчук Анастасія Юріївна

Керівник:
канд. психол. наук,
доц. **Гуцуляк Н. М.**

До захисту допущено
на засіданні кафедри
протокол № ___ від _____ 2024 р.
Зав. кафедри _____доц. Радчук В.М.

Чернівці – 2024

АНОТАЦІЯ

Серафінчук А.Ю. **Особливості схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки. –** Кваліфікаційна робота.

Кваліфікаційна робота присвячена аналізу особливостей прояву схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки. Професійна діяльність рятувальників передбачає роботу в екстремальних умовах, де існує підвищений фактор ризику, необхідність прийняття адекватних рішень із високою відповідальністю за виконання задач. Означені обставини висувають підвищені вимоги до психічного здоров'я особистості фахівця та оптимізації його професійної діяльності.

У ході теоретичного аналізу досліджуваної проблеми узагальнено наукові підходи до розуміння феномену схильності до ризику як особистісної властивості, якій притаманне прагнення до вибору ризикогенних ситуацій та існує стійка потреба в них. Також охарактеризовані погляди дослідників щодо специфіки прояву схильності до ризику у рятувальників.

Проведене емпіричне дослідження було спрямоване на виявлення особливостей прояву схильності до ризику пожежників-рятувальників із різним рівнем самооцінки. Доведено, що існують як спільні, так і відмінні результати у групах рятувальників із різним рівнем самооцінки. На основі отриманих даних розроблено практичні рекомендації рятувальникам, які спрямовані на оптимізацію їхньої професійної діяльності в умовах підвищеного ризику.

Ключові слова: ризик, схильність до ризику, рятувальники, самооцінка, рівні самооцінки.

ABSTRACT

Serafinchuk A. **Specifics of risk-taking among rescuers with different levels of self-esteem. –** Qualification paper.

The qualification paper is dedicated to the analysis of the specifics of the rescuers' risk taking behaviour with different levels of self-esteem. The professional activity of rescuers involves working in extreme situations where there is an increased risk factor, the need to make adequate decisions with high responsibility for the tasks. These circumstances put forward increased demands on the mental health of the specialist's personality and optimisation of his/her professional activity.

In the theoretical analysis of the problem studied, the article summarises scientific approaches to understanding the phenomenon of risk taking as a personal property, which is characterised by a desire to choose risky situations and a stable need for them. The study also describes the views of researchers on the specifics of risk taking in rescuers.

The empirical study was focused on identifying the specifics of risk-taking behaviour of firefighters-rescuers with different levels of self-esteem. It is proved that there are both common and different results in groups of rescuers with different levels of self-esteem. On the basis of the obtained data, practical recommendations for rescuers aimed at optimising their professional activity in high-risk situations have been developed.

Keywords: risk, risk propensity, rescuers, self-esteem, levels of self-esteem.

m_educ_2025_151

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів наукових досліджень інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

_____ А. Ю. Серафінчук
(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП……6

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ СХИЛЬНОСТІ ДО РИЗИКУ ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ЙОГО ПРОЯВУ У РЯТУВАЛЬНИКІВ……..10

1.1. Сутність феномену «ризик» у етимологічному та сучасному контексті…10

1.2. Схильність до ризику як складна особистісна властивість…….16

1.3. Специфіка прояву схильності до ризику у рятувальників……...20

РОЗДІЛ ІІ. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ: ХАРАКТЕРИСТИКА ВИБІРКИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ……27

РОЗДІЛ ІІІ. ПОРІВНЯЛЬНО-ДІАГНОСТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СХИЛЬНОСТІ ДО РИЗИКУ РЯТУВАЛЬНИКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ САМООЦІНКИ……..33

3.1. Самооцінка: понятійний аналіз та основні функції у структурі особистості…….33

3.2. Порівняльний аналіз особливостей схильності до ризику рятувальників відповідно до рівня їх самооцінки……37

3.3. Психологічні рекомендації рятувальникам щодо оптимізації професійної діяльності в умовах ризику……...63

ВИСНОВКИ……..70

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……73

ВСТУП

Зростаюча соціальна невизначеність, прискорений стиль життя, кризові ситуації, технологічні інновації тощо обумовлюють виникнення ризикованих зон, які певним чином впливають на поведінку людини. Тематика ризикованої поведінки особистості набуває особливої актуальності сьогодні з початком повномасштабної війни, де в зонах ризику опинилися як військовослужбовці Збройних сил України, особливо ті, хто беруть участь у бойових діях, так і мирні жителі, які проживають на територіях, де ведуться такі бойові дії.

Визначено, що сучасним науковим дослідженням притаманне співіснування різних поглядів на явище ризику як позитивного, негативного та амбівалентного. Відповідно, слід виокремити два взаємопов'язані напрями дослідження ризику: прикладний та теоретичний. У прикладному напряму ризик є об'єктом емпіричних досліджень в окремих науках, таких як політика, економіка, медицина, біологія, юриспруденція, екологія, соціологія, психологія тощо, а у теоретичному напряму аналізують особливості ризику з позиції соціально-філософських підходів (А. П. Альгін, Т. Гречко, Ю. А. Зубок, І. Ю. Івченко, А. Карпов, В. Карпов, Ю. Ковбасюк, В. Кравченко, В Кучеренко, О. Кузьмін, С. В. Малахов, О. Мельник, О. Мукан, П. Я. Пісной, О. Пономаренко, С. Романюк, Н. Сиротинська, Н. Л. Смакотіна, О. О. Чернікова, Г. В. Чєрпова, С. Ю. Яковлєв та ін.).

Такі відомі зарубіжні науковці, як Т. Авін, У. Бек, Е. Гіденс, К. Дейк, М. Дуглас, Ф. Івольд, Р. Кастел, О. Ренн та ін., теоретично осмислили соціокультурну природу ризику. Особливості ставлення людини до ризику та схильності до ризику аналізували Л. М. Абсалямова, С. Н. Богомолова, О. А. Бурова, О. В. Вдовіченко, М. Ю. Єлагіна, М. А. Кленова, Ю. Козелецький, Ж. С. Костюк, Т. В. Корнілова, П. П. Криворучко, В. М. Львов та ін. Є декілька наукових праць таких вчених, як М. С. Корольчук, К. П. Жаров, А. В. Тимченко, З. Р. Шайхлісламов, в яких розкривається вплив професійної

діяльності на прояв людиною ризику. На з'ясування особливостей ризику та психологічної готовності фахівців ризиконебезпечних професій до ризику (співробітників міліції, військовослужбовців різних військових формувань, рятувальників тощо) звернули увагу Н. В. Жигінас, І. Т. Кавецький, О. В. Комаров, В. Б. Моторін, О. М. Назарова, Ю. В. Петрова, О. Н. Савчук, А. П. Самонов, О. М. Хлонь, С. І. Яковенко, Т. М. Яковенко та ін.

Діяльність працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій (ДСНС) завжди була і залишається небезпечною через високий рівень ризику. Реалізація професійних обов'язків рятувальниками відбувається переважно в умовах надзвичайних ситуацій, основними характеристиками яких є невизначеність моменту їх виникнення, характеру розвитку та наслідків. Крім того, спеціалісти рятувальних підрозділів, працюючи над ліквідацією наслідків різних надзвичайних ситуацій, несуть відповідальність за життя та здоров'я своїх колег та постраждалих. У цьому контексті така якість, як схильність до ризику, є надзвичайно важливою для фахівця ДСНС при розв'язанні професійних завдань, оцінці характеру надзвичайних ситуацій.

Слід відмітити, що проблема схильності рятувальників до ризику має різноспрямований характер: К. Левін, Т. Корнілова досліджували обумовленість прийняття рішення та поведінки в ризикованих обставинах мотивацією; Д. Кібельсберг - специфіку поведінки в ризикованих ситуаціях; Ю. Козелецький, Г. Стар - виокремлення чинників впливу на ризик; Н. Коган, М. Котик - зв'язок здатності ефективно діяти в ризикованих ситуаціях з особистісними характеристиками; С. Московичі - особливості групового ризику; О. Деклбек, С. Дж. Ридигер - зв'язок схильності до ризику із кримінальними особливостями характеру.

Однак, аналіз наукової літератури з проблеми схильності рятувальників, які працюють в екстремальних умовах, до ризику засвідчує, що вона вивчена недостатньо. Зважаючи на недостатнє вивчення вищезазначеної проблеми, її соціальну значущість та постійну актуальність, було зроблено вибір теми

кваліфікаційного дослідження: **«Особливості схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки»**.

Об'єкт дослідження – схильність до ризику як особистісна властивість рятувальників.

Предмет дослідження – особливості схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки.

Мета дослідження - теоретично обґрунтувати та емпірично виявити індивідуальні відмінності у прояві схильності до ризику рятувальників відповідно до рівня їх самооцінки.

Для досягнення мети дослідження та перевірки сформульованої гіпотези необхідно розв'язати такі **завдання:**

1) проаналізувати існуючі підходи до визначення феномену «схильність до ризику» та його структурних компонентів;

2) з'ясувати зміст поняття «самооцінка» на основі аналізу різних наукових підходів;

3) емпірично дослідити прояви схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки та визначити найбільш істотні характеристики;

4) систематизувати та узагальнити опрацьований матеріал, сформулювати висновки.

Гіпотеза дослідження: існують відмінності у змістових характеристиках структурних компонентів схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки.

Методи та методики дослідження.

У процесі дослідження реалізовувався комплексний підхід, який передбачав поєднання наступних методів:

1) теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення і систематизація концептуальних положень із досліджуваної проблеми);

2) емпіричні (тестування, зокрема методики: методика «Ваша самооцінка»; методика діагностики схильності до ризику (О. Шмельов);

методика діагностики ступеня готовності до ризику (Г. Шуберт); методика «Розміщення себе на умовній шкалі схильності до ризику» (О. Саннікова, С. Бикова);

3) методи математичної статистики та інтерпретації емпіричних даних.

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається зі вступу, теоретичного та двох практичних розділів, висновків та списку використаних джерел (54 найменувань). Робота викладена на 72 сторінках машинописного тексту, проілюстрована 5 рисунками та 3 таблицями.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ СХИЛЬНОСТІ ДО РИЗИКУ ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ЙОГО ПРОЯВУ У РЯТУВАЛЬНИКІВ

1.1. Сутність феномену «ризик» у етимологічному та сучасному контексті

На даний момент поняття «ризик» застосовується в усіх сферах життєдіяльності людини та вважається одним із найпопулярніших. У науковій літературі з філософії, соціології, психології, економіки, медицини, права та інших наук пропонуються результати емпіричних досліджень щодо виявлення особливостей та керування ризиком. Однак, не зважаючи на це, узгодженого підходу до трактування ризику навіть у межах однієї науки не має.

На думку Г. П. Лазос, ризик є поняттям, яке активно використовується у різних наукових галузях через аналіз та прогнозування втрат. Науковець додає, що Т. Коноплицька вважає, що ризик фактично ототожнюється з оцінкою ймовірності виникнення та реалізації певних негативних наслідків [31].

В. А. Гросул, М. О. Усова зазначають, що у словнику української мови слово «ризик» має два значення: по-перше, означає «діяти наосліп, наважуватися, віддати себе на волю випадку, сподіваючись на успіх»; по-друге, «піддаватися певній небезпеці, нестабільності, можливості невдачі» [14].

А. О. Приятельчук, О. М. Іщенко зауважують, що поняття «ризик» було введено в суспільні науки економістами, що, безумовно, вплинуло на розуміння його сутності. Одним із перших науковців, хто почав вивчати ризик у науковому контексті, був американський економіст Ф. Найт. Згідно із поглядами вченого, практична відмінність між поняттями «ризик» та

«невизначеність» полягає в тому, що при ризику розподіл можливих результатів відомий, а при невизначеності - ні [44].

О. Сафін, Н. Мась вказують, що теорія прийняття рішень є основною концепцією для аналізу дій людини в ризикованих ситуаціях. Автори цього підходу наголошують, що кожне рішення неодмінно пов'язане з певним ступенем ризику. Іншим теоретичним напрямом є теорія «соціального поширення ризику» [47].

Л. М. Абсалямова узагальнює в дисертаційному дослідженні, що науковцями поняття «ризик» поступово розширюється та уточнюється. Щодо окремої людини, то ризик характеризується суб'єктивною невизначеністю, яка виникає через неповну інформацію та малу структурованість ситуацій, потенційною небезпекою, а також необхідністю вибору між альтернативними способами та напрямками дії. Щодо соціальних та соціально-психологічних меж, то ризик асоціюється з інтенсифікацією соціальної та комунікативно-інформаційної активності в суспільстві, що обумовлює умови для зростання ризикогенності соціального середовища [1].

Н. Мужанова зазначає, що у психологічному словнику термін «ризик» трактується як ситуативна характеристика діяльності, що відображає невизначеність її результату та ймовірність несприятливих наслідків у разі потенційної невдачі [36].

М. Й. Казанжи, О.В. Вдовіченко, Д.Б. Громик на основі узагальнення результатів наукових досліджень виокремлюють три підходи до вивчення проявів ризику:

- підхід, що ґрунтується на аналізі природних процесів формування психіки з урахуванням віку;

- підхід, орієнтований на врахування впливу на людину певних виховних і психокорекційних технологій;

- підхід, заснований на дослідженні специфіки впливу конкретних умов навчально-професійної та трудової діяльності на прояви ризику [21].

Ю. Чаплінська, М. Казначеєв стверджують, що для визначення терміну «ризик» запропоновано численні підходи та різноманітні трактування. В свою чергу, науковці пропонують розглядати ризик як можливість шкідливого впливу на здоров'я людини або на екологічну систему [52].

Складність феномена ризикованої поведінки, на думку Ю. Дем'янчук, А. Голуб, вимагає багатогранного підходу до його дослідження. Зокрема, у наукових працях О. П. Саннікової розкриваються особливості ризику як властивості особистості [16].

М. Василенко, О. Козін зауважують, що у різних джерелах ризик розглядається як міра: невизначеності та конфліктності в підприємницькій діяльності; очікуваного неблагополуччя у випадку невдачі в діяльності, що визначається поєднанням ймовірності невдачі та ступеня несприятливих наслідків її реалізації; небезпеки, яка характеризується ймовірністю її виникнення та розміром пов'язаних з нею збитків; відмінності між можливими результатами при виборі певних стратегій або рішень задачі; можливості прояву небезпеки у вигляді конкретних втрат у ситуації, штучно створеній діями суб'єкта; виникнення небажаної події в певній системі з чітко визначеними в просторі й часі наслідками [8].

Згідно із поглядами С. В. Дембіцької, І. М. Кобилянської, ризик є універсальним терміном, який позначає дію, що може або повинна відбутися з невизначеністю чи невпевністю. Він являє собою можливість виникнення непередбачених та небажаних подій [17].

Як вважає Н.М. Черненко, традиційно ризик визначається як ймовірність настання певного результату, який зазвичай є несприятливим у широкому розумінні цього терміна. Крім того, ризик можна охарактеризувати як «міру небезпеки», що в конкретній ситуації становить загрозу життю або здоров'ю людини, а також її духовним і матеріальним цінностям [53].

Н. О. Білевич пише, що О. Ренн виокремлює наступні основні образи ризику в суспільній свідомості:

✓ Неминуча небезпека. Ризик сприймається як випадкова загроза, яка може обумовити непередбачувану катастрофу. До даного типу належать ситуації з невизначеним джерелом ризику, що має катастрофічний потенціал. Варто зазначити, що стихійні лиха не входять до цієї категорії, бо вони мають прогнозований характер й відбуваються регулярно.

✓ Невидима загроза для благополуччя. Даний ризик зазвичай випробовується іншими людьми, а не на власному досвіді. До цих прикладів слід віднести інформацію про вплив вітамінів, харчових добавок, радіації на організм тощо.

✓ Співвідношення витрат і вигод. Ризик виступає як баланс між ціною виграшу та розміром потенційного програшу. Зазвичай використовується переважно в азартних іграх та має фінансовий вимір.

✓ Ризик як прагнення до гострих відчуттів і адреналіну. Цей вид ризику є добровільним і включає орієнтацію на ймовірнісний розподіл негативних й позитивних наслідків, контроль над ситуацією та оцінку ступеня ризику [5].

На думку М. В. Куташенко, ризик має чотири основні властивості: суперечливість, альтернативність, правомірність і невизначеність.

Суперечливість ризику проявляється в різних аспектах. У ситуаціях невизначеності та неминучого вибору ризик, з однієї сторони, спрямований на досягнення суспільно значущих результатів нестандартними, новаторськими способами. З іншої сторони, це може призвести до несприятливих соціально-

економічних наслідків, оскільки за умов неповної вихідної інформації оптимальні рішення приймаються без достатнього врахування об'єктивних економічних закономірностей розвитку відповідного явища. Суперечлива природа ризику також виявляється у конфлікті між об'єктивно існуючими ризикованими діями та їх суб'єктивною оцінкою.

Альтернативність ризику полягає в необхідності вибору рішення серед двох або більше найбільш ймовірних варіантів. Труднощі, що виникають через альтернативність, долаються по-різному залежно від конкретної ситуації: у простих випадках спираються на попередній досвід та інтуїцію, а в складних - застосовують спеціальні методи та моделі.

Однією з ключових характеристик ризику є його правомірність**.** Прийняте рішення повинно відповідати вимогам чинного законодавства, статуту підприємства, який регулює його діяльність, а також колективному договору, що регулює відносини між трудовим колективом та адміністрацією підприємства.

Найбільш типовою причиною існування ризику в управлінській діяльності є невизначеність**.** Це неповне або неточне уявлення про значення різних параметрів у майбутньому, зумовлене різноманітними факторами, передусім неповнотою або неточністю інформації про умови реалізації рішення, включаючи пов'язані з ним витрати та результати [29].

І. В. Тарасюк, Я. В. Циба узагальнюють, що поняття «ризик» у психології охоплює наступні взаємопов'язані значення:

✓ Ризик як міра очікуваної несприятливості при невдачі в діяльності, що обумовлена поєднанням ймовірності поразки та ступеня можливих негативних наслідків у цьому випадку.

✓ Ризик як дія, яка в певному відношенні загрожує суб'єкту втратами (травмою, шкодою, програшем). Слід відмітити, що розрізняють мотивований

ризик, спрямований на отримання ситуативних переваг у діяльності, та немотивований ризик. Також виділяють виправданий і невиправданий ризик на основі співвідношення очікуваного виграшу та можливого програшу при здійсненні певної дії.

✓ Ризик як ситуація вибору між двома можливими варіантами дії: більш привабливим, але менш надійним і менш привабливим, але більш надійним. Важлива різниця існує між ситуаціями, де результат залежить від випадку (шансові ситуації), та тими, де він пов'язаний із здібностями суб'єкта (ситуації вмінь). З'ясовано, що за інших рівних умов люди проявляють вищий рівень ризику в ситуаціях, які пов'язані не з випадковістю, а з уміннями, коли вони вважають, що результат залежить від них самих [49; 51].

Т. О. Ларіна пише, що О. В. Вдовиченко аналізує прояви ризику на трьох рівнях: соціально-регульованому (усвідомленому), природному (потребово-мотиваційному та неусвідомленому), психологічному (проявляється під впливом емоційно-вольових реакцій) та. Вчена зазначає, що дане явище не є одноразовою подією, а має процесуальний характер, тобто має свій початок, розвиток і завершення. Також виділено основні характеристики ризику:

✓ когнітивна природа ризику - ризик розглядається як когнітивний процес, де кожен етап «відпрацьовується» внутрішньо, а оцінка здійснюється зовнішньо через конкретні дії;

✓ процесуальна сутність ризику - ризик є процесом, при якому в когнітивній системі спостерігається маніпулювання знаннями. Це означає, що людина ризикує добровільно й свідомо. Проте, у багатьох ситуаціях рішення приймаються майже автоматично на основі індивідуального досвіду та звичок;

✓ спрямованість ризику - ризик, як правило, має певну спрямованість, а його наслідки проявляються у певних діях, які сприяють усвідомленню та розв'язанню поставлених питань [32].

Можемо узагальнити, що життя сучасних людей безпосередньо пов’язане з різними ризиками, зокрема з політичними, економічними, соціальними, геополітичними, фінансовими. Явищу ризику притаманний міждисциплінарний характер, бо досліджується спеціалістами у сфері філософії, соціології, економіки та фінансів, а також психології.

1.2. Схильність до ризику як складна особистісна властивість

Схильність до ризику, як особистісна риса, виражає бажання людини наражатися на небезпеку, переживаючи при цьому гострі відчуття. Рівень вираженості схильності до ризику обумовлений такими особистісними особливостями, як екстраверсія, тривожність, імпульсивність, ставлення до комфорту, емоційна стабільність, екстернальність та ін.

В. Ю. Артемов, І. В. Сингаївська узагальнюють, що у науковій літературі трактування понять «готовність до ризику» та «схильність до ризику» є різноманітними і часто не мають чіткого розмежування. Зокрема, П. Вайнцванг аналізує готовність до ризику як позитивну складову хоробрості, Ю. Козелецький описує її як проактивну форму поведінки, що характеризує процес прийняття рішень, Г. Айзенк вважає її особистісною характеристикою та схильністю до пошуку гострих відчуттів.

Згідно із поглядами науковців, готовність до ризику слід розглядати як результат виховання та формування особистості, який, зокрема, обумовлений впливом такої глибинної особистісної якості, як схильність до ризику. Дана схильність є спадковою, її активізація чи пригнічення потребує мотивації та вольових зусиль. Вчені додають, що схильність до ризику є особистісною якістю, яка перебуває у зв’язку з такими характеристиками, як прагнення до незалежності, імпульсивність, бажання домінувати, стремління досягти успіху. Також вона аналізується як особистісна властивість, яка може бути

професійно важливою у сферах діяльності, пов'язаних із небезпекою, або ж як небажана риса в професіях, яким важливі обачність й обережність [3].

В. І. Стець, Г. Ю. Стець зазначають, що феномен «схильність до ризику» становить собою уявлення про диспозиційний особистісний ризик як індивідуальну рису, що характеризує поведінку людей в подібних ситуаціях. На їх думку, даний феномен включає в себе такі складові: значущість для людини (очікуваний розмір втрат, тобто те, що людина готова пожертвувати заради готовності ризикувати); невизначеність події (ризик має місце тоді, коли результат не є єдиним); можливість-ймовірність й масштаб потенційних втрат (хоча б один із результатів є небажаним) [48].

О. Білевич пише, що О. Г. Ніазашвілі вважає, що схильність до ризику може змінюватися залежно від виду ризику та особливостей ризикованих ситуацій (екстремальний й нормативно-звичайний ризик). Науковець зазначає, що на схильність людини до різних видів ризику впливає її вік та обумовлені ним потреби, ресурси, особливості життєдіяльності; а також соціальна ситуація її розвитку, зокрема соціально-професійна роль, соціально-економічний статус, специфіка соціальних стосунків. Крім того, наголошено, що індивідуально-психологічні якості теж впливають на схильність людини до названих вище видів ризику, а саме особистісні властивості, мотивація досягнення успіху, ставлення до різних видів ризику [5].

О. С. Колесніченко, Я. В. Мацегора, І. І. Приходько та ін. прийшли до висновку, що схильність до ризику вважається індивідуальною рисою, яка може бути професійно важливою якістю в небезпечних сферах діяльності або, навпаки, небажаною характеристикою, що є протипоказанням у професіях, де необхідно проявляти розсудливість й обережність [45].

У дисертаційному дослідженні О. В. Вдовіченко узагальнює, що науковці виокремлюють три підходи до пояснення сутності ризику: об'єктивний, суб'єктивний та об'єктивно-суб'єктивний. Слід зауважити, що

найпоширенішими серед названих підходів є два полярних підходи: об'єктивний (досліджує зовнішні чинники середовища, що створюють ризик) й суб'єктивний (зосереджується на виділенні стійких індивідуальних характеристик людини, які обумовлюють її схильність та/чи готовність до ризику) підходи.

Вчена також додає, що ризик часто розглядають як характеристику ситуації прийняття рішення чи активності людини в ситуації невизначеності та небезпеки, а також як прогностичну оцінну категорію. Це дозволяє аналізувати ризик у межах наступних основних підходів до його операціоналізації: як особистісну якість, що проявляється в потребі людини включатися в небезпечні ситуації та отримувати від цього насолоду; як особистісну особливість, зумовлену емоційними, вольовими, мотиваційними, когнітивними та іншими характеристиками, спрямованими на оцінку і вирішення небезпечних ситуацій; а також як процес розуміння небезпечної ситуації, визначення й реалізації способу її подолання [10].

І. Корнієнко вважає, що внутрішня схильність до ризику, яка впливає на вибір способів сприйняття ризику та обумовлює сприйняття людиною ситуації як безпечної чи загрозливої, часто вважається вродженою рисою особистості. Науковець додає, що схильність до ризику слід аналізувати як стійку, системну та інтегральну особистісну властивість, полікомпонентну за структурою, яка становить собою якісні, змістовні, формально-динамічні й соціально-імперативні характеристики [27].

М. Казанжи, О. Вдовіченко трактують схильність до ризику як рису людини, що визначає її поведінку в однакових ситуаціях. Існують люди, які незважаючи на життєві умови та середовище, послідовно діють й лише в певних сферах своєї життєдіяльності схильні ризикувати. Схильність до ризику активує певні особистісні риси, ресурси та механізми, знання яких дає можливість як розвивати свої слабкі сторони, так і застосовувати сильні якості

для вирішення завдань діяльності й важливих проблем. Справа в тому, що для конструктивного подолання труднощів людині слід усвідомлювати власні психологічні ресурси. Саме швидкий розвиток інформаційних технологій при переході до постіндустріального суспільства сприяє зростанню ризику дезорієнтації людини в інформаційному просторі [20].

О. В. Вдовіченко, О. Б. Блага, О. В. Педченко звертають увагу, що, за словами Ю. Дем'янчука та А. Голуба, схильність до ризику відображає прагнення людини до небезпечних дій з метою отримання гострих емоцій. Дуже часто даний феномен пов'язаний з такими особистісними характеристиками, як емоційна нестабільність, екстраверсія, імпульсивність, тривожність, низька саморегуляція та зовнішній локус контролю [11].

Здійснений теоретичний аналіз дав можливість Н.В. Оніщенко та В.М. Платонову зробити висновок, що схильність до ризику має інтегральний характер, тобто обумовлена поєднанням індивідуальних якостей людини. Також вчені пишуть, що ступінь вираженості та спрямованості вищезазначеної схильності має індивідуальні відмінності, що виникають, насамперед, на основі індивідуально-психологічних характеристик особистості [40].

На думку В. Р. Кучеренко, В. А. Карпова, А. В. Карпова, поняття ризику відображає невизначеність, обумовлену можливістю виникнення під час реалізації проєкту несприятливих ситуацій і наслідків. Вчені наголошують, що на основі ставлення до ризику людей можна поділити на три групи: нейтральні до ризику, які байдуже ставляться до його відсутності чи наявності; несхильні до ризику, які готові платити, щоб уникнути ризику; схильні до ризику, які готові платити за можливість його прийняти [30].

О. В. Вдовіченко з’ясувала, що під час підліткової кризи, кризи 30-річчя та середнього віку проявляються вікові особливості функціонування ризикованої поведінки людини, насамперед, у стратегіях подолання стресу та

розв’язання конфліктів. Наприклад, підліткова криза схиляє до стратегій, яким притаманне більшою мірою емоційне реагування та відхід від реальності, а криза 30-річчя - як адаптивних, так і паліативних конструктивних стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях, Натомість, дорослі люди, які переживають кризу середнього віку, зазвичай проявляють екстерналізацію в стратегіях конфліктної поведінки [9].

Н. М. Теслик, А. В. Солдатенко стверджують, що схильність людини до ризику може бути зумовлена такими факторами, як соціальне оточення, навколишнє середовище, природні явища та певні життєві ситуації, стосовно яких відсутній попередній досвід чи розроблений план реагування. У таких обставинах людина неминуче стикається з ризиком. Крім цього, внутрішні фактори, тобто індивідуальні властивості характеру людини, також впливають на її схильність до ризику [50].

Можемо узагальнити, що схильність до ризику, як особистісна риса, аналізується як психологічний феномен, якому притаманне прагнення до вибору ризикогенних ситуацій, емоційна перевага певної діяльності чи цінності, які пов'язані із ризиком, та стійка потреба в них.

1.3. Специфіка прояву схильності до ризику у рятувальників

На сучасному етапі у зв’язку із ситуацією в країні особливо гостро постає проблема готовності висококваліфікованих працівників ДСНС до попередження, захисту та порятунку людей від різних екстремальних умов. Робота рятувальників в екстремальних ситуаціях включає високий рівень ризику, нестачу інформації та часу для обдумування, необхідність швидкого прийняття адекватних рішень, велику відповідальність за виконання завдань і наявність непередбачуваних перешкод. Усі ці фактори висувають підвищені вимоги до психічного здоров’я рятувальників. Сильні емоційні та фізичні

навантаження можуть призводити до появи психічних і соматичних розладів, а також до суїцидальної поведінки.

О. А. Поканевич зауважує, що робота пожежного-рятувальника належить до категорії найбільш складних та небезпечних професій, що пов'язані зі значним ризиком для його життя та здоров'я. Постійне виконання службових обов'язків у високостресових умовах може спричиняти дезадаптацію, зниження імунітету та перенавантаження нервово-психічної системи, що, в свою чергу, веде до розвитку тривалих негативних психічних станів. Недостатня психологічна підготовленість пожежних-рятувальників до дій у таких екстремальних ситуаціях може мати серйозні наслідки для їхньої ефективності та безпеки. Дослідник наголошує, що наукові дослідження та практичний досвід демонструють, що у випадку особливо складних та небезпечних ситуацій значно зростає потреба у цілеспрямованих та кваліфікованих психологічних втручаннях для підтримки та стабілізації емоційного стану рятувальників. Важливою є щоденна психологічна підготовка всього особового складу, яка забезпечує готовність до оперативних дій у надзвичайно складних умовах [43].

У дисертаційному дослідженні І. С. Коваль звертає увагу, що професійна діяльність рятувальників включає виконання службових обов'язків у надзвичайних умовах, що відзначаються непередбачуваністю, раптовим виникненням, невизначеністю розвитку подій, а також високим рівнем ризику та небезпеки. Для успішного виконання завдань у таких ситуаціях фахівці цивільного захисту повинні мати здатність мобілізувати свої внутрішні ресурси, що дозволяє ефективно протистояти впливу різних стресогенних факторів. Це передбачає підтримання високої працездатності, адекватну та своєчасну реакцію на несподівані зміни в небезпечних умовах, а також здатність швидко приймати рішення навіть за умов обмеженої інформації та дефіциту часу.

Крім того, рятувальники повинні вміти подолати наслідки фізичних та психоемоційних навантажень, що виникають під час виконання їхніх обов'язків. Вони повинні володіти високим рівнем професійної готовності до роботи в екстремальних ситуаціях, що обумовлює ефективне застосування набутих компетенцій і відображає рівень концентрації особистісного потенціалу рятувальника [23].

Н. Вовк пише, що, згідно з дослідженнями С. О. Ніколаєнко, безпосередня участь рятувальників у бойових діях обумовлює вплив на них наступних факторів: 1) чітке усвідомлення загрози для життя («біологічний страх смерті» та страхи перед пораненнями, болем та інвалідизацією); 2) унікальний стрес, який з'являється лише в учасника бою; 3) психоемоційний стрес, обумовлений загибеллю побратимів; 4) психоемоційний стрес, який викликаний вбивством інших людей; 5) бойова обстановка (прискорений темп дій, невизначеність, раптовість, нестача часу, новизна); 6) труднощі та обмеження в ситуації бойових дій (часто відсутність повноцінного сну, дефіцит харчування та води); 7) іноді незвичні для рятувальника кліматичні умови та рельєф місцевості (спека, підвищена інсоляція, гіпоксія тощо) [12].

О. І. Гура, К. Д. Монастирьова у кваліфікаційній роботі зазначають, що професійна діяльність співробітників Державної служби України з надзвичайних ситуацій висуває надзвичайно високі та специфічні вимоги до їхньої психічної витривалості. Це проявляється в необхідності володіти значною психологічною стійкістю для протидії несприятливим зовнішнім і внутрішнім впливам, а також вимагає від рятувальників рішучості, сміливості, стійкості, витримки, здатності до самоконтролю, наполегливості. Крім того, виконання службових обов'язків працівниками ДСНС у періоди воєнного стану сприяє розвитку важливих професійних якостей, таких як здатність до стресостійкості, мужність та певний рівень соціальної інтроверсії.

З'ясування дослідниками особистісних особливостей працівників ДСНС України з різним досвідом екстремальної діяльності дозволило отримати дані,

які вказують на те, що спостерігаються достовірні відмінності між групами досліджуваних. Працівникам зі стажем до одного року притаманна стриманість як у міжособистісних, так і в соціальних взаємодіях. Вони демонструють високу залежність від думок та вимог своєї групи, а їхню поведінку обумовлюють такі риси, як імпульсивність та експресивність. Дані фахівці також характеризуються сором'язливістю, слабким відчуттям відповідальності, вільним ставленням до моральних норм та правил, низьким рівнем вольової регуляції, емоційною нестійкістю, схильністю до індивідуальної роботи та залежністю від настрою. На відміну від них, працівники ДСНС з більшим стажем демонструють емоційну пластичність, здатність контролювати свою поведінку та психічний стан, відкритість, проникливість, а також впевненість у собі. Вони вирізняються стриманістю та розсудливістю, здатністю налагоджувати соціальні контакти та дотримуватися моральних норм і правил. Ці працівники менш схильні до впливу групи та більш відповідально ставляться до виконання поставлених завдань, що свідчить про їхню професійну зрілість і готовність до виконання складних обов'язків [34].

З. О. Кіреєвою, Г. В. Калустовою при проведенні кваліфікаційного дослідження було встановлено, що 48% співробітників МНС України демонструють середній рівень схильності до ризику, 29% – високий, а 23% – низький. Ці дані свідчать про те, що переважна більшість фахівців здатні приймати обґрунтовані та виправдані ризики, оскільки адекватна схильність до ризику є ключовим чинником для мобілізації та активації ресурсів людини. Працівники з високими показниками ризикової схильності відзначаються високим рівнем амбіцій, прагненням до лідерства та здатністю впливати на оточуючих. Проте, така спонтанна активність іноді сприймається фахівцем як потяг до небезпеки, а висока схильність до ризику може розглядатися як захисна реакція людини в умовах стресу. З іншого боку, працівники з низькими показниками схильності до ризику характеризуються нерішучістю,

схильністю до підпорядкування та великою обережністю при прийнятті рішень і взаємодії з іншими людьми [22].

Узагальнюючи результати дослідження, О. В. Дишкант стверджує, що схильність до ризику, як особистісна риса, обумовлена рядом суб'єктивних та об'єктивних чинників. Науковець зазначає, що є відмінність у схильності до ризику серед співробітників різних професій у системі МНС. Зокрема, ті, хто майже не стикається з ризикованими обставинами, та ті, хто перебуває в них майже постійно, демонструють надмірну схильність до ризикованих дій. Натомість, працівники, від яких залежать здоров'я й життя інших людей, обирають найменш ризиковану поведінку. Також слід підкреслити зв'язок між схильністю до ризику від провідних мотивів фахівця. Водночас залежності схильності до ризику від віку рятувальників не виявлено. Вищезазначене дає можливість досліднику передбачити, що схильність до ризику є досить стійкою характеристикою людини, яка майже не зазнає змін протягом життя, а спостерігаються лише незначні відхилення щодо крайніх проявів ризиковості та обережності [19].

О. В. Дишкант також наголошує, що виразність та розвиток індивідуально-психологічних якостей фахівців-рятувальників впливає на їхню схильність до ризику. Виявлено, що рятувальники з різними рівнями ризикової схильності мають різноманітні комплекси особистісних характеристик. Наприклад, фахівці з високим рівнем ризику частіше обіймають лідерські позиції в групі, демонструють схильність до екстремальних дій та соціальної активності. Вони відзначаються відкритістю, товариськістю та високою активністю у встановленні як міжособистісних, так і соціальних зв'язків.

Рятувальники зі середнім рівнем ризику проявляють значну імпульсивність та інколи недостатню емоційну стабільність, проте, вони мають високу стійкість до стресових ситуацій та негативних подразників. Ці фахівці характеризуються практичністю, раціональністю, впевненістю у собі та адекватністю в оцінці ситуацій. Їхня поведінка зазвичай врівноважена і

спрямована на досягнення конкретних практичних цілей, однак, імпульсивність й емоційні сплески можуть впливати на зміну напрямку їхніх дій. Фахівці з низьким рівнем ризикової схильності, навпаки, відзначаються високою емоційною стабільністю, здатністю до контролю емоцій та поведінки, а також високою стресостійкістю. Вони є розсудливими та критично налаштованими при виборі партнерів для взаємодії, що забезпечує ефективну командну роботу. Ці рятувальники проявляють м'якість, поступливість і, іноді, прагнення до незалежності та уникання суперництва, що сприяє гармонійному функціонуванню в команді та виконанню завдань з максимальною обережністю [18].

Н. Мужанова стверджує, що схильність військовослужбовців до ризику є їхньою індивідуальною характеристикою, яка значною мірою визначається їхніми релігійними переконаннями. Належність до певної релігійної течії, релігійні вірування сприяють прийняттю більш обдуманих та врівноважених рішень. Відповідно, релігія є додатковим фактором зовнішнього контролю, який стимулює військових критично аналізувати свої дії та рішення, що, в свою чергу, підвищує їхні шанси на виживання та успішне виконання завдань у критичних ситуаціях на полі бою. Також вченою виявлено, що серед військовослужбовців «атеїстів», «християн» і «язичників» найменш схильними до ризику є «язичники», а найбільш схильними - «атеїсти» [36].

В дослідженні, проведеному Н. В. Оніщенко, В. М. Платоновим, брали участь курсанти-випускники Національного університету цивільного захисту України. Їх було поділено на групи на основі факультетів їхнього навчання: факультет оперативно-рятувальних сил, факультет цивільного захисту, факультет пожежної безпеки. Аналіз отриманих результатів дозволяє зробити висновок, що в усіх досліджуваних групах переважає середній рівень схильності до ризику. Виявлено, що у курсантів третьої групи домінують наступні індивідуально-психологічні характеристики: емоційна стійкість,

відкритість у міжособистісних стосунках, адекватна оцінка життєвої ситуації, практичність, орієнтація на успіх.

Також вченими звернуто увагу на зв'язок між індивідуально-психологічними особливостями та схильністю до ризику майбутніх фахівців ДСНС. У майбутніх фахівців факультету цивільного захисту спостерігається зворотний зв'язок між рівнем напруженості-розслабленості та шкалою схильності до ризику. У досліджуваних студентів факультету пожежної безпеки виявлено зв'язок між чинником емоційної стабільності й шкалою схильності до ризику. При аналізі загальної групи майбутніх фахівців ДСНС встановлено зв'язок схильності до ризику з фактором конформізму та зворотний зв'язок із факторами екстраверсії та розслабленості [40].

М. Й. Казанжи, О. В. Вдовіченко, Д. Б. Громик на основі проведеного статистичного аналізу виявили, що досліджувані курсанти за показниками ризиковості розподіляються на три окремі підгрупи: з високим, переважно середнім та середнім рівнями ризику. Було встановлено, що курсанти, які демонструють високий рівень ризиковості, суттєво відрізняються від тих, у кого ризик проявляється на переважно середньому рівні. Саме у курсантів з високим рівнем ризиковості спостерігається висока спонтанна агресивність, нижча саморегуляція, орієнтована на внутрішню самоорганізацію. Також визначено, що відмінності між підгрупами з середнім і переважно середнім рівнями ризику проявляються лише за параметром «мотивації до уникнення невдач» [21].

Таким чином, комплексний підхід до оцінки та розвитку схильності рятувальників до ризику є необхідним для забезпечення їхньої ефективності та безпеки у виконанні службових обов'язків. Це включає не лише початкову підготовку, але й постійну підтримку та професійний розвиток, що дозволяє їм максимально реалізовувати свій потенціал та забезпечувати високий рівень виконання завдань у будь-яких умовах.

РОЗДІЛ ІІ. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ: ХАРАКТЕРИСТИКА ВИБІРКИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

Теоретико-методологічний аналіз проблем схильності до ризику та самооцінки та їх особливості вираження у рятувальників дозволив сформувати емпіричну програму дослідження. В його основу закладено припущення про те, що існують відмінності у змістових характеристиках структурних компонентів схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки.

Емпіричне дослідження здійснювалось згідно викладених теоретичних положень і проводилось у декілька етапів:

- підготовчий – перший етап, на якому передбачались аналіз української та зарубіжної літератури щодо обраної проблеми, формулювання наукового апарату дослідження, обґрунтовано поняття «ризик», «схильність до ризику» та «самооцінка», вивчено та узагальнено структурні компоненти схильності до ризику, функції самооцінки, проаналізовано специфіку прояву схильності до ризику рятувальників, розробка програми дослідження, підбір методик, складання програми статистичної обробки отриманих даних та вибір способу їх інтерпретації;

- діагностичний – другий етап включав емпіричне дослідження психологічних особливостей схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки;

- інтерпретаційний – змістом третього етапу була обробка й аналіз отриманих даних;

- підсумковий – на четвертому етапі була розроблено рекомендації для рятувальників щодо оптимізації професійної діяльності в умовах ризику, здійснено узагальнення емпіричних даних, формулювання висновків дослідження, підготовку їх до презентації.

Дослідженням були охоплені 38 рятувальників 1ДПРЗ (перший Державний рятувально-пожежний загін), 2ДПРЧ (друга пожежно-рятувальна частина) м. Чернівці. Віковий діапазон вибірки становить 20-40 років.

Для досягнення мети й реалізації завдань був застосований наступний комплекс методів дослідження: теоретичні – аналіз, синтез, узагальнення і систематизація концептуальних положень з досліджуваної проблеми; емпіричні – тестування, зокрема методики: методика «Ваша саооцінка», методика діагностики схильності до ризику (О. Шмельов), методика діагностики ступеня готовності до ризику (Г. Шуберт), метолика «Розміщення себе на умовній шкалі схильності до ризику» (С. Бикова); методи математичної статистики та інтерпретації емпіричних даних – структурний метод.

Наводимо короткий опис методик, які були обрані у процесі проведення дослідження.

Методика «Ваша самооцінка» [15]

Методика призначена для визначення рівня самооцінки особистості, її ставлення до власних успіхів, невдач та вимогливості до себе у взаємодії з оточуючими. Вона допомагає виявити рівень самокритичності, самовпевненості та оцінку людиною своїх особистих якостей. Завданнями методики є: оцінка рівня задоволеності людиною себе; виявлення схильності особи до заниженої самооцінки або сумнівів у власних силах; визначення рівня впевненості в собі та здатності долати стресові ситуації.

Перед респондентом подано 32 судження, які оцінюються за п’ятьма варіантами відповідей:

- дуже часто – 4 бали;
- часто – 3 бали;
- іноді – 2 бали;
- рідко – 1 бал;
- ніколи – 0 балів.

Респондент має вибрати варіант відповіді, що найбільш відповідає його відчуттям та поведінці в зазначених ситуаціях.

Дана методика є опитувальником, який можна використовувати як індивідуально, так і в групі. Для його проведення необхідно забезпечити

респондента інструкцією і пояснити значення кожної з відповідей. Важливо, щоб респондент відповідав чесно, без впливу зовнішніх факторів.

Після того, як респондент відповів на всі судження, необхідно підсумувати бали:

- сума балів від 0 до 25 свідчить про високий рівень самооцінки.

- сума від 26 до 45 балів свідчить про середній рівень самооцінки з певними сумнівами у власних силах.

- сума від 46 до 128 балів вказує на низький рівень самооцінки, коли людина страждає від «комплексу неповноцінності» і має труднощі в оцінці своїх досягнень та взаємин з іншими.

Ця методика дозволяє виявити особистісні риси, які впливають на самооцінку та впевненість у власних силах, і є корисним інструментом для психологів при роботі з клієнтами, які мають проблеми з самосприйняттям.

Методика діагностики схильності до ризику (О. Шмельов) [33]

Метою даного дослідження є оцінка схильності особи до ризику як психологічної риси характеру. Це дозволяє визначити, наскільки людина готова приймати рішення в умовах невизначеності, а також оцінити її ставлення до потенційної небезпеки або нестабільності. Завдання методики включають визначення рівня схильності до ризику за допомогою відповідей на серію тверджень, які описують різні аспекти поведінки в ризикованих ситуаціях. Дослідження також передбачає оцінку щирості відповідей, що сприяє підвищенню надійності результатів.

Учасникам пропонується набір тверджень, кожне з яких вони повинні уважно прочитати і вирішити, чи є воно справедливим для них особисто. Якщо учасник погоджується з твердженням, він ставить позначку «плюс» (+) навпроти відповідного номера в бланку для відповідей; якщо ж твердження не відповідає його поглядам, він зазначає його знаком «мінус» (-).

Методика може проводитись індивідуально або в групі. У груповому дослідженні важливо забезпечити незалежність відповідей учасників, щоб

уникнути впливу групової динаміки на результат. Кожен випробуваний отримує питальник із серією тверджень та інструкцію, як слід відповідати. Для відповідей використовується бланк із графами, де учасник відзначає свої відповіді знаком «плюс» (+) або «мінус» (-) в залежності від того, чи погоджується з твердженням.

Результати обробляються для отримання показника величини схильності до ризику. Показник визначається за кількістю збігів відповідей «згоди-незгоди» з твердженнями, які відображають схильність до ризику. Окрім цього, оцінюється рівень щирості відповідей за допомогою окремої шкали: відповіді на певні пункти (наприклад, 1, 5, 10 тощо) аналізуються, щоб перевірити автентичність відповідей. Якщо рівень збігів у другій шкалі відповідає 8, 9 або 10, дослідження визнається недостовірним, і його необхідно повторити з додатковими роз'ясненнями.

Показник схильності до ризику може варіювати від 0 до 40. Значення в межах 30 і вище вказують на високий рівень ризику; учасника можна вважати схильним до ризику. Показник у діапазоні 11–29 вказує на середній рівень схильності до ризику, а показник нижче 11 свідчить про низький рівень, характерний для обачних осіб. Під час інтерпретації важливо враховувати, що висока схильність до ризику може свідчити як про рішучість, так і про схильність до авантюризму.

Методика діагностики ступеня готовності до ризику (Г. Шуберт)

[25]

Ця методика спрямована на діагностику рівня готовності людини до ризикованих дій у різних життєвих ситуаціях. Вона дозволяє визначити схильність до прийняття ризику або, навпаки, схильність уникати небезпечних ситуацій. Розроблена Г. Шубертом, методика забезпечує можливістю оцінити рівень ризикованості поведінки, визначити, наскільки особа готова до ризикових дій в екстремальних обставинах та роаналізувати готовність людини до ухвалення важких рішень під тиском обставин.

Респонденту пропонується відповісти на 25 запитань, кожне з яких оцінює готовність до здійснення зазначених дій. За кожну відповідь респондент має присвоїти певний бал:

- 2 бали — цілком згоден (так);
- 1 бал — швидше згоден (так);
- 0 балів — середнє, ні «так», ні «ні»;
- -1 бал — швидше не згоден (ні);
- -2 бали — абсолютно не згоден (ні).

Методика передбачає самооцінку готовності до ризику на основі відповідей на ситуаційні запитання. Її можна використовувати як в індивідуальній, так і в груповій формі. Тест не має правильних чи неправильних відповідей, а лише дозволяє оцінити індивідуальні характеристики респондента стосовно ризику.

Після відповіді на всі запитання необхідно підрахувати суму набраних балів. Інтерпретація результатів базується на таких критеріях:

1) менше -30 балів – занадто обережні;

2) від -10 до +10 балів – середній рівень готовності до ризику;

3) більше +20 балів – схильність до ризику.

Методика дозволяє оцінити ступінь готовності особи до ризикових дій. Висока готовність до ризику свідчить про більшу мотивацію до активних дій і менший страх перед невдачами, тоді як низька готовність може вказувати на обережність та уникання ризикованих ситуацій.

Методика «Розміщення себе на умовній шкалі схильності до ризику» (С. Бикова) [6]

Метою методики є дослідити індивідуальні характеристики схильності до ризику та проаналізувати самосприйняття респондентів у контексті ризику для особистих та соціальних проявів.

Завдання методики полягають у виявленні особистих схильностей до ризику через самооцінку на умовних шкалах, що відображають рівень певних

показників. Це допомагає визначити, наскільки респондент бачить себе схильним до ризикових дій.

Процедура починається з надання респонденту бланку, що містить кілька відрізків прямих ліній (шкал), кожна з яких символізує певну властивість чи характеристику. Важливою частиною є інструктаж, у якому досліджуваному пояснюють, що на кожній шкалі є два крайні значення – «максимум» і «мінімум» певної якості (наприклад, здоров'я, ризиковості тощо). Респондент має уявити, що умовна шкала відображає весь спектр прояву цієї якості в людській популяції, та оцінити, де він сам розташовується за цією характеристикою. Кожна шкала супроводжується коротким описом максимального прояву ознаки, що допомагає досліджуваному краще зрозуміти її сенс. Учасник ставить хрестик на відрізку, позначаючи рівень, на який, на його думку, він відповідає за конкретною шкалою.

Кількісна обробка базується на позиціонуванні респондентом себе на шкалі, що відповідає його уявленням про власні особистісні якості. Дані аналізуються за такими показниками:

- якісні показники: емоційний, когнітивний, дієвий (поведінковий) та контрольно-регулюючий компоненти;

- формально-динамічні показники: потреба ризикувати, стійкість до ризику, широта діапазону ризикових дій, імпульсивність ризикових реакцій, чутливість до ситуацій, легкість ініціювання ризикових дій та ініціативність у проявах ризику.

РОЗДІЛ ІІІ. ПОРІВНЯЛЬНО-ДІАГНОСТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СХИЛЬНОСТІ ДО РИЗИКУ РЯТУВАЛЬНИКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ САМООЦІНКИ.

3.1. Самооцінка: понятійний аналіз та основні функції у структурі особистості

Самооцінка суттєво впливає на поведінку, діяльність та комунікацію людини. Даний феномен визначає емоційне сприйняття людиною себе та служить регулятором її дій і активності. У сучасній психології питання самооцінки, її структури, функцій, процесів формування та зв'язку з іншими явищами постійно привертають увагу дослідників.

Л. Папітченко звертає увагу, що В. Джеймс першим ввів поняття самооцінки у структуру особистості наприкінці XIX століття, визначивши її як «глобальну самооцінку». Вчений розглядав самооцінку через призму емоційних переживань людини щодо себе, зокрема задоволення, яке виникає внаслідок співвідношення її реальних досягнень та прагнень. Вчена додає, що надалі явище самооцінки аналізували з різних точок зору: як складову «Я-концепції»; як функцію «супер- его»; як компонент самосвідомості; як специфічну особистісну рису; як показник психічного здоров'я людини тощо [41].

О. Олійник вважає, що самооцінка є оцінкою, яку людина дає щодо себе самої, своїх характеристик, здібностей, місця в суспільстві та ставлення оточуючих до неї. Вона є результатом комплексної роботи в сфері самопізнання та емоційно-ціннісного ставлення до власної особистості. Даний аспект самосвідомості людини виступає як значущий внутрішній механізм регулювання власною поведінкою та діяльністю, який формується під час активної діяльності та взаємодії з оточуючими [38].

Ю. В. Козерук, Я. О. Євсейчик стверджують, що самооцінка є складовою частиною самосвідомості, якій притаманні емоційно насичені оцінки власної

особистості, етичних якостей та вчинків, здібностей. Саме самооцінка обумовлює взаємодію людини з оточуючим середовищем, рівень її критичності та вимогливості до себе, а також ставлення до власних успіхів і невдач. Відповідно, ефективність діяльності людини та розвиток її особистості суттєво залежать від самооцінки. Науковці додають, що самооцінка перебуває у зв'язку із потребою в самоствердженні, яка визначається співвідношенням реальних досягнень людини та цілей, які вона ставить перред собою [24].

Самооцінка, згідно із поглядами І. Г. Андрущенко, становить собою оцінку людиною власних якостей, можливостей, розуміння свого місця серед оточуючих. Кожна людина постійно застосовує самооцінку для керування своєю поведінкою та прийняття адекватних рішень. Це проявляється у визначенні власного потенціалу, реалізації можливостей, які надає певна сфера діяльності, як окремо, так і в комплексі [2].

Н. С. Пасічник та Ю. В.Сидоренко розглядають самооцінку людини як особистісне утворення, яке безпосередньо впливає на її поведінку та діяльність. Вона є автономною характеристикою особистості та її ключовим компонентом, який відображає її внутрішній світ і розвивається завдяки її активної участі [42].

На думку З. С. Оніпко, самооцінка не є незмінною детермінантою, бо може зазнавати змін відповідно до різних чинників. Нові інформаційні дані, отримані через активну співпрацю з оточуючим світом, трансформують внутрішню природу людини і здатні впливати на її самооцінку. Відповідно, самооцінка еволюціонує разом із загальним розвитком особистості [39].

І. Мостова, К. Кушніренко зауважують, що самооцінка становить собою наявність критичного погляду індивіда щодо того, чим він володіє. Вчені пишуть, що дослідники, які займаються вивченням суб'єктивної сфери особистості та проблемою самооцінки, аналізують самооцінку в контексті самосвідомості, особистісних характеристик або категорії «Я», а також залежно від її складових (регулятивної, когнітивної, емоційної) [35].

О. Бойко, Г. Горун вважають, що самооцінка становить собою оцінку людиною власних дій, помилок, недоліків, здібностей, талантів, можливостей, а також усвідомлення своєї особистої індивідуальності, унікальності й неповторності. Формування самооцінки базується на моральні норми і правила, цінності та ціннісні орієнтири, установки, які прийняті в суспільстві, де особистість проживає і взаємодіє з іншими людьми [7].

Самооцінка, на думку С. В. Пухно, є складним особистісним утворенням, який відображає унікальність внутрішнього світу людини й формується завдяки активній її участі. Вчена додає, що основні функції самооцінки включають:

1. Регуляторну функцію, яка полягає в забезпеченні свідомого управління людиною власною поведінкою в обставинах, що потребують свідомих зусиль, а також у підтримці цих зусиль для реалізації поставлених цілей.

2. Захисну функцію, яка обумовлює збереження стабільності особистості в суспільстві [46].

Н. Берегова, А. Шеремет, Г. Солодовник зауважують, що самооцінка означає оцінку людиною своїх властивостей, здібностей та того місця, яке вона обіймає в соціальному середовищі. Вона відображає соціальну адаптованість індивіда і виступає регулятором його поведінки та діяльності, інтегруючи весь життєвий досвід [4].

О. В. Наконечна, Д. М. Рудень, Р. В. Сопівник зазначають, що самооцінка перебуває у зв’язку із рівнем домагань. Вчені наголошують, що розбіжність між рівнем домагань і самооцінкою може спричиняти агресивність, підвищену тривожність, фрустрацію та провокувати психосоматичні захворювання. Даний факт підтверджують результати експерименту, проведеного А. Гринечко, згідно з якими існує обернено-пропорційний зв’язок між рівнем тривожності й самооцінки. Це означає, що

занижена самооцінка часто стає каталізатором розвитку тривожності, незважаючи на те, що певний оптимальний її рівень забезпечує досягнення успіхів у діяльності [37].

І. Г. Головська, О. О. Руденко зауважують, що у структурі самооцінки слід виокремити її власний та загальний компоненти. Загальна (глобальна) самооцінка демонструє відношення людини до самої себе, її становлення обумовлено тим, що власні оцінки можуть бути на різних рівнях стійкості та адекватності. Власна самооцінка становить собою оцінку людиною певних своїх якостей, таких як деталі зовнішнього вигляду чи певні характерні особливості. Вчені наголошують, що особистість здатна оцінювати себе як адекватно, так і неадекватно, що проявляється у завищенні або заниженні власних здібностей чи досягнень [13].

Т. І. Криворучко звертає увагу, що міра адекватності самооцінки є однією з найважливіших її характеристик, бо відображає наявність або відсутність відповідності між реальними досягненнями та власним самосприйняттям. Відповідно до цього, самооцінка може бути адекватною або неадекватною (неадекватною завищеною або заниженою). Значно завищена оцінка себе, у порівнянні з досягнутими результатами діяльності та поведінки, вказує на деформацію особистості. Занижена самооцінка теж негативно впливає на психічний розвиток, бо обумовлює невпевненість у собі, відсутність адекватних вимог до себе та гальмує саморегуляцію і самовиховання [28].

Рівень самооцінки, як підкреслюють О. В. Шевякова, К. В. Дмитрієва, відповідно до її форми (адекватна, завищена, занижена) може підсилювати або, навпаки, гальмувати активність особистості. Неадекватна, занижена самооцінка обумовлює зниження соціальних амбіцій людини, виникнення невпевненості у власних здібностях та обмеження життєвих перспектив. Такий тип самооцінки може супроводжуватися внутрішніми конфліктами, серйозними емоційними зривами та іншими негативними наслідками.

Занижена самооцінка завдає шкоди не лише індивіду, але й суспільству, оскільки він не повністю реалізує свій потенціал та можливості, а також працює не з максимальною віддачею [54].

Таким чином, самооцінка особистості становить собою оцінку, яку індивід надає своїм внутрішнім характеристикам, що відображаються в його особистості, досягненнях, здібностях та поведінці в різних сферах життя.

3.2. Порівняльний аналіз особливостей схильності до ризику рятувальників відповідно до рівня їх самооцінки

Для визначення рівня самооцінки ми обрали методику «Ваша самооцінка» (див. розділ ІІ). Методика «Ваша самооцінка» дозволяє проаналізувати інтегральний показник самооцінки досліджуваних. Отримані результати було зведено у запропоновану нижче діаграму (див. рис. 3.1.), яка дала змогу візуально їх побачити.

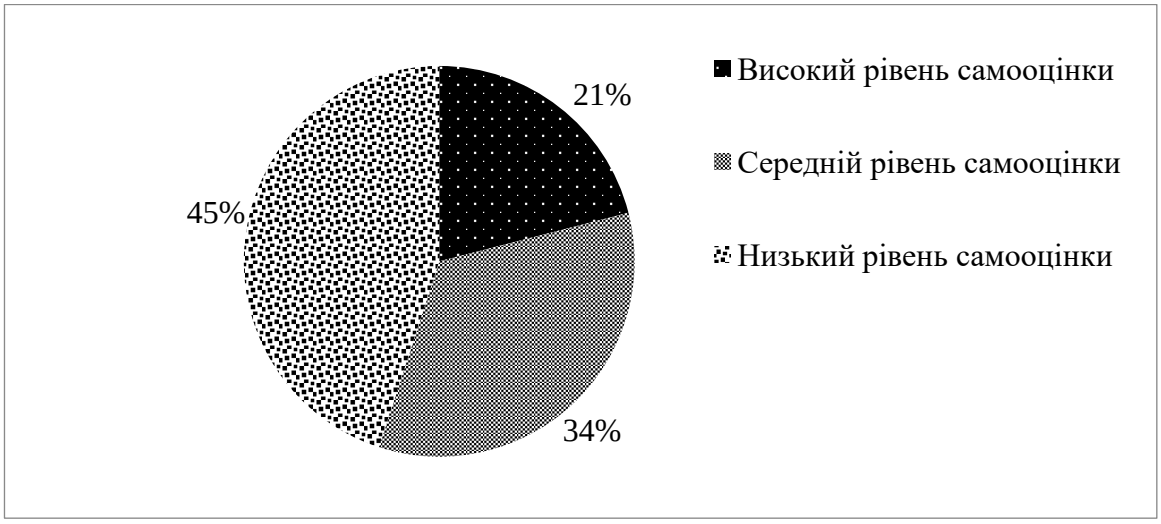


Рис. 3.1. **Розподіл досліджуваних за рівнями самооцінки за методикою «Ваша самооцінка» (у %)**

Дані на рис. 3.1. вказують на наявний домінуючий низький рівень самооцінки в 45% рятувальників. Також у значної частки рятувальників (34%) виявлено середній рівень самооцінки. Решта рятувальників, тобто 21% респондентів, одностайно демонструють високий рівень самооцінки.

Низький рівень самооцінки серед рятувальників має низку проявів, що часто стають помітними через специфіку їх професійної діяльності та високий рівень стресу. Дана проблема може бути пов’язана як з особистісними характеристиками, так і з умовами праці, які підвищують ймовірність розвитку психологічних труднощів. Більшість рятувальників відчувають значний тиск щодо якості власної роботи, часто вимагаючи від себе бездоганності в кожній деталі. Це призводить до надмірної самокритичності, навіть у випадках, коли недоліки є незначними або викликані зовнішніми факторами. Зрештою, вони сприймають будь-яку помилку як доказ своєї неповноцінності, що підсилює їхню невпевненість у собі.

Люди з низькою самооцінкою часто прагнуть отримати підтвердження своєї цінності з боку колег, керівництва чи суспільства в цілому. У рятувальників це може проявлятися в бажанні отримати високу оцінку своїх дій від команди чи керівників. Їхній психологічний стан і самооцінка значною мірою залежать від цих зовнішніх оцінок, і у разі відсутності визнання їхня самооцінка може ще більше знижуватись. Через страх провалу або осуду, рятувальники з низькою самооцінкою інколи можуть уникати взяття на себе відповідальності за складні завдання. Хоча цей ефект проявляється нечасто через професійну вимогу завжди бути готовими до дій, інколи спостерігається тенденція вибирати менш значущі ролі або уникати ситуацій, де їхні дії будуть піддаватися суворій оцінці.

В умовах екстрених ситуацій, які вимагають оперативних дій, рятувальники з низькою самооцінкою можуть сумніватися у правильності своїх рішень та власній професійній компетентності. Це може бути особливо небезпечно в критичних ситуаціях, коли уповільнення або вагання можуть призвести до негативних наслідків. У рятувальників із низькою самооцінкою нерідко спостерігається схильність до почуття провини за ситуації, на які вони не могли вплинути. Вони можуть звинувачувати себе у невдачах, навіть якщо ті сталися через об’єктивні обставини. Постійне самозвинувачення може призводити до емоційної виснаженості, знижуючи їхню здатність до

професійного відновлення та підвищуючи ризик розвитку емоційного вигорання.

Низька самооцінка також може призводити до того, що рятувальники уникають соціальної взаємодії зі своїми колегами, побоюючись негативної оцінки. Вони часто ізолюються та віддають перевагу роботі наодинці або спілкуванню лише з найближчим колом людей, з якими вони почуваються комфортніше. Через постійні сумніви у власних силах рятувальники можуть втрачати мотивацію продовжувати роботу в професії, яка вимагає високої психологічної стійкості. Це призводить до сумнівів щодо можливості довгострокової роботи у сфері рятувальних служб, особливо коли вони не отримують належної підтримки або відчувають брак позитивних оцінок своїх зусиль.

Середній рівень самооцінки у рятувальників має свої унікальні особливості, зумовлені як специфікою їхньої професії, так і вимогами до їхньої особистості. Самооцінка в цьому випадку може відображати баланс між реалістичним ставленням до власних можливостей і сприйняттям досягнень, що дозволяє рятувальникам ефективно виконувати свої обов’язки навіть у складних і небезпечних умовах. Середня самооцінка допомагає уникати надмірного почуття тривоги за власну компетентність і водночас підтримує критичний підхід до оцінки своїх навичок. Це дозволяє їм адекватно сприймати як успіхи, так і помилки, формуючи відповідний досвід. Тому середня самооцінка часто проявляється як здатність рятувальників об’єктивно оцінювати свої дії, що важливо в ситуаціях, коли від рішень залежить людське життя. Крім того, середня самооцінка сприяє уникненню надмірної самовпевненості, що є критичним аспектом для рятувальників. Надмірно висока самооцінка може спричинити недооцінку ризиків, а надто низька – страх і невпевненість у власних силах.

Самооцінка середнього рівня дозволяє рятувальникам не зациклюватися на негативних епізодах або невдачах, але водночас підтримує внутрішню мотивацію до самовдосконалення, яка особливо важлива в умовах високого

стресу. Цікаво, що середній рівень самооцінки рятувальників впливає також на якість міжособистісної взаємодії. Вони, як правило, не схильні до надмірного самоствердження, яке може руйнувати командну роботу, але й не відчувають потреби в заниженні власних заслуг. Це сприяє рівному та відкритому спілкуванню, що важливо в умовах швидкого прийняття рішень.

Високий рівень самооцінки у рятувальників має певні особливості, які відображаються в їхній поведінці, ставленні до завдань та взаємодії з колегами і постраждалими. Оскільки рятувальники працюють у стресових умовах і нерідко стикаються з життєво небезпечними ситуаціями, самооцінка стає важливим чинником, що впливає на їхню психологічну стійкість і успішність виконання завдань. Рятувальники з високою самооцінкою частіше проявляють впевненість у власних можливостях і приймають відповідальність за свої рішення. Це дозволяє їм швидко й ефективно діяти в екстремальних умовах, не відволікаючись на сумніви у власних силах. Вони менш схильні до вагань і частіше використовують власні знання та досвід, щоб швидко знайти рішення в критичних ситуаціях.

Висока самооцінка зазвичай позитивно відображається на атмосфері в команді. Такі рятувальники здатні надихати колег і часто виступають як неформальні лідери. Вони надають підтримку, можуть взяти на себе ініціативу і водночас демонструють готовність співпрацювати. Це допомагає знижувати рівень тривожності в групі, що є критично важливим у стресових умовах, коли від кожного залежить успіх операції. Люди з високою самооцінкою краще справляються з невдачами і розчаруваннями. Для рятувальників це означає здатність швидко відновлюватися після складних завдань і не зациклюватися на негативних емоціях. Вони розглядають труднощі як можливість навчитися, що дозволяє їм більш об’єктивно оцінювати свої дії та вдосконалюватися, не піддаючись самоосуду.

Рятувальники з високим рівнем самооцінки частіше демонструють ефективні стратегії управління стресом. Вони зберігають емоційну стабільність, не дозволяючи напруженим обставинам впливати на якість їхніх

рішень. Вони схильні до застосування технік самоконтролю, зокрема дихальних вправ або внутрішнього самонавіювання, що допомагає їм залишатися зосередженими й ефективними у кризових ситуаціях. Висока самооцінка рятувальників часто поєднується з почуттям відповідальності. Вони поважають власні рішення, прийняті на основі знань і досвіду, і вірять у свою здатність правильно діяти в будь-яких умовах. Такий рівень самооцінки допомагає рятувальникам установлювати доброзичливий та впевнений контакт із постраждалими, які перебувають у шоковому стані або сильному стресі. Завдяки власній впевненості рятувальники можуть надихати постраждалих, забезпечуючи їм емоційну підтримку і вселяючи надію на порятунок, що має суттєве значення для відновлення психологічного стану потерпілих.

Згідно з задачами нашого емпіричного дослідження щодо виявлення особливостей схильності до ризику рятувальників відповідно до рівня їх самооцінки, за результатами, отриманими після опрацювання даних за методикою «Ваша самооцінка», ми сформували три групи досліджуваних: рятувальники з високим рівнем самооцінки, рятувальники із середнім рівнем самооцінки та рятувальники з низьким рівнем самооцінки. Далі наводимо результати дослідження особливостей схильності до ризику у кожній групі з відповідним рівнем самооцінки.

Наступним етапом емпіричного дослідження стало вивчення особливостей схильності до ризику досліджуваних з різним рівнем самооцінки. Однією із визначених методик було обрано методику діагностики схильності до ризику О. Шмельова (див. розділ ІІ). Для дослідження методика О. Шмельова є оптимальною, оскільки вона дозволяє точно визначити різні аспекти ризикованої поведінки, такі як готовність до ризикованих дій, ставлення до можливих наслідків ризику, а також загальні схильності особистості в ризикованих ситуаціях.

Результати визначення рівня схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки зображено на рис. 3.2.

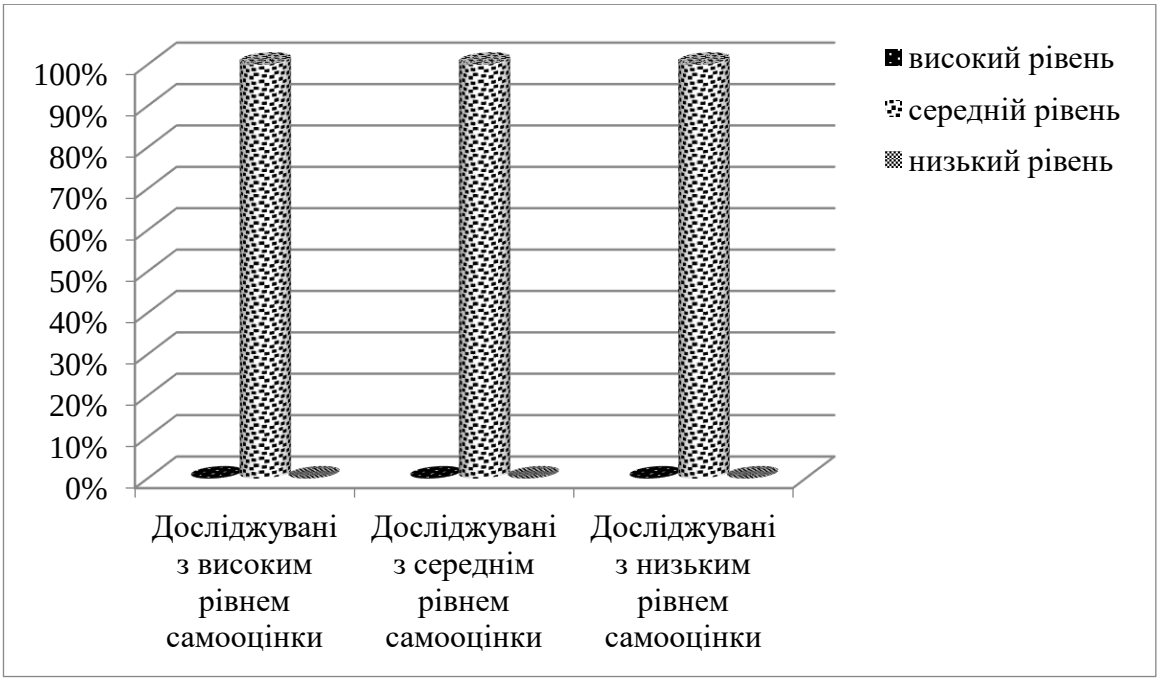


Рис. 3.2. **Розподіл досліджуваних з різним рівнем самооцінки за рівнями схильності до ризику за методикою діагностики схильності до ризику О. Шмельова (у %)**

Як свідчать отримані результати на рис. 3.2., рятувальники незалежно від рівня самооцінки одностайно виявили середню схильність до ризику. Це явище викликає цікавість і заслуговує детального розгляду.

Середній рівень схильності до ризику у рятувальників може вказувати на те, що представники цієї професії мають необхідність приймати зважені рішення у нестандартних ситуаціях. Рятувальники, як правило, діють у стресових умовах, що вимагає не тільки фізичної підготовки, але й психологічної стійкості. Таким чином, середній рівень ризику може бути наслідком тренувань, які сприяють формуванню в них адекватного ставлення до небезпеки.

Середня схильність до ризику може свідчити про колективну дисципліну та відповідальність, які є критично важливими у професії, де від кожного члена команди залежить життя інших. У ситуаціях, коли потрібно швидко реагувати на загрози, здатність діяти без надмірної імпульсивності дозволяє уникати необдуманих дій і підвищує шанси на успішне виконання місії. Крім того, дані про рівень самооцінки рятувальників вказують на те, що

їх самоусвідомлення не є єдиним фактором, що визначає схильність до ризику. Високий рівень самооцінки часто асоціюється з готовністю до ризику, однак у рятувальників спостерігається інша тенденція. Наявність середнього рівня ризику може свідчити про те, що рятувальники, незалежно від самооцінки, схильні до колективного мислення, де важливішими є командні рішення та етика взаємодії, а не особисті амбіції. Дослідження також підкреслює, що рятувальники, навіть з високим рівнем самооцінки, демонструють помірну схильність до ризику, що може свідчити про їх здатність до самоаналізу і розуміння обмежень своїх можливостей. Вони усвідомлюють важливість стратегічного підходу до виконання завдань, що є критично важливим у ситуаціях, де будь-яка помилка може призвести до серйозних наслідків.

У процесі дослідження виявилось, що рятувальники з різним рівнем самооцінки не продемонстрували середнього рівня схильності до ризику. Це свідчить про те, що або особи з високою самооцінкою мають тенденцію до більшої готовності приймати ризики, або ж рятувальники з низькою самооцінкою прагнуть уникати ризикованих ситуацій. Необхідно враховувати, що рятувальники з високою самооцінкою можуть бути більш впевненими у своїх силах і здібностях, що підштовхує їх до активніших дій у кризових ситуаціях. Вони можуть схилятися до ризикованих рішень, вважаючи, що їхні навички та досвід дозволяють їм успішно впоратися з небезпечними ситуаціями. Проте, надмірна впевненість може призвести до недооцінки ризиків, що в свою чергу може мати серйозні наслідки для їхньої безпеки та безпеки оточуючих.

З іншого боку, рятувальники з низькою самооцінкою можуть бути більш обережними і схильними до уникнення ризику. Ця обережність може бути позитивним чинником, оскільки вона зменшує ймовірність необдуманих дій у небезпечних ситуаціях. Однак, така поведінка може також обмежувати їхню здатність діяти в умовах, коли швидке прийняття рішень є критично важливим. Таким чином, низька самооцінка може стати на заваді ефективному

виконанню рятувальних операцій, адже рятувальники можуть не відчувати себе достатньо підготовленими для прийняття ризикованих рішень.

Вираження низького рівня схильності до ризику в рятувальників є важливим аспектом їхньої професійної діяльності, оскільки це безпосередньо впливає на прийняття рішень у критичних ситуаціях. Низька схильність до ризику означає, що особи з таким ставленням будуть обережнішими у своїх діях, намагаючись уникнути потенційно небезпечних ситуацій. Це може бути пов’язано з високим рівнем відповідальності за життя інших людей, а також із необхідністю дотримання безпечних практик під час виконання своїх обов’язків. Такі рятувальники часто аналізують ситуацію, перш ніж вжити заходів, і намагаються зважити усі ризики, перш ніж ухвалити рішення.

Важливим аспектом є те, що в результатах дослідження було виявлено, що рятувальники з різним рівнем самооцінки не демонструють середнього рівня схильності до ризику. Це може свідчити про те, що рятувальники, незалежно від того, чи мають вони високу, середню чи низьку самооцінку, можуть проявляти схильність до низького ризику в критичних ситуаціях. Це вказує на те, що внутрішні характеристики, такі як самооцінка, не є вирішальними у формуванні схильності до ризику в діяльності рятувальників. Замість цього, ці особи можуть керуватися емоційними, ситуаційними чи професійними факторами, що спонукають їх до обережності.

Загалом, за результатами дослідження можна припустити, що низька схильність до ризику, ймовірно, є тільки бажаною характеристикою серед рятувальників, адже вона допомагає зменшити ймовірність виникнення небезпечних ситуацій. Це підкреслює важливість підготовки рятувальників не тільки з технічних навичок, але й з психологічних аспектів, таких як управління ризиками та прийняття рішень. Розуміння механізмів, які визначають схильність до ризику, може допомогти у вдосконаленні навчальних програм та тренінгів для рятувальників, щоб вони могли ефективно виконувати свої обов’язки, забезпечуючи максимальну безпеку.

Отже, можна зробити висновок, що середній рівень схильності до ризику, спостережуваний серед рятувальників з різним рівнем самооцінки, є свідченням їх професійної підготовленості, здатності до командної роботи та розуміння важливості збалансованого підходу до небезпек. Ця характеристика є основоположною для успішного виконання їхніх професійних обов'язків, адже рятувальники повинні залишатися обачними і зваженими, навіть у найскладніших ситуаціях.

Відзначаючи дану одностайність у середньому рівні ризику, дослідження підкреслює важливість тренінгів та підготовки, які допомагають рятувальникам розвивати необхідні навички для адекватного реагування на різноманітні виклики. Різні програми підготовки можуть впливати на формування ризикової поведінки, надаючи рятувальникам знання та інструменти для прийняття рішень, що враховують не лише їхню безпеку, але й безпеку людей, яких вони рятують. Таким чином, отримані результати свідчать про те, що рівень схильності до ризику у рятувальників не є простим відображенням їхньої самооцінки, а є комплексним показником, що формується під впливом професійного досвіду, командної роботи та навчання. Це може стати основою для подальших досліджень, які можуть допомогти в розробці ефективних програм підготовки, що враховують індивідуальні особливості рятувальників і їхню схильність до ризику.

Також у межах емпіричного дослідження було застосовано методику діагностики ступеня готовності до ризику Г. Шуберта, яка дає змогу визначити рівні прояву готовності до ризику: високий, середній та низький (див. розділ II). Цей інструмент є особливо значущим, оскільки дає можливість оцінити, як індивідуальні особливості самооцінки можуть впливати на готовність приймати ризиковані рішення. У групах рятувальників з різним рівнем самооцінки у процесі дослідження особливостей схильності до ризику за методикою нами були отримані наступні результати (див. табл. 3.1).

Таблиця 3.1.

Розподіл досліджуваних з різним рівнем самооцінки за рівнями прояву готовності до ризику за методикою діагностики готовності до ризику Г. Шуберта (у %)

Групи досліджуваних / Рівні готовності до ризику	Досліджувані з високим рівнем самооцінки		Досліджувані з середнім рівнем самооцінки		Досліджувані з низьким рівнем самооцінки	
	N	%	N	%	N	%
високий рівень	1	12,5	4	31	5	29
середній рівень	1	12,5	7	54	11	65
низький рівень	6	75	2	15	1	6

Аналізуючи високу готовність до ризику у рятувальників із різним рівнем самооцінки, можна відзначити деякі значні тенденції. Рятувальники із середньою самооцінкою (31% з них мають високий рівень готовності до ризику) демонструють найбільш збалансований підхід. З одного боку, така самооцінка вказує на достатню впевненість у власних силах і здатність приймати швидкі рішення, необхідні для рятувальних операцій. З іншого боку, середній рівень самооцінки забезпечує можливість критично оцінювати ситуацію та утримуватися від надмірно ризикованих дій, що підвищує шанси на обґрунтоване прийняття ризику. У багатьох випадках середній рівень самооцінки сприяє більшій адаптивності та можливості вчасно коригувати поведінку, що важливо для успіху в рятувальних місіях.

Рятувальники з низькою самооцінкою (у 29% випадків виявляють високий рівень готовності до ризику) можуть вдаватися до ризикованих дій з іншою мотивацією. Низька самооцінка часто супроводжується потребою у соціальному схваленні та внутрішньому підтвердженні своєї значущості. У професії рятувальника така потреба може проявлятися у ризикованій поведінці як спосіб самоствердження або навіть самодоказу. У цьому випадку

ризик використовується як інструмент для подолання внутрішніх сумнівів у своїй компетентності. Однак така мотивація може бути небезпечною в умовах екстремальних ситуацій, де надмірний ризик стає додатковим фактором загрози.

Рятувальники з високою самооцінкою показують найнижчий рівень готовності до ризику – лише 12,5% демонструють схильність до ризикованої поведінки. Висока самооцінка зазвичай пов’язана з глибшим усвідомленням власних можливостей і меж. Такі рятувальники менше потребують підтвердження своїх вмінь через ризиковані дії, оскільки їхня впевненість базується на знаннях і досвіді, а не на потребі доказу. Вони можуть бути більш схильні до зваженої поведінки, оскільки ризик, на їхню думку, може загрожувати успішному завершенню рятувальної операції.

Результати показали, що 65% респондентів з низьким рівнем самооцінки продемонстрували середній рівень готовності до ризику. Це може свідчити про те, що рятувальники з низькою самооцінкою часто не вірять у власні сили, але, попри це, готові до дій у ситуаціях, що потребують ризику, можливо, через зовнішні фактори чи обов’язки, покладені на них. Серед респондентів з середнім рівнем самооцінки 54% також виявили середній рівень готовності до ризику. Це вказує на те, що ці рятувальники мають деяку впевненість у своїх можливостях, однак залишаються обережними у прийнятті рішень, що пов’язані з ризиком. Цей показник може свідчити про певну адаптацію до стресових ситуацій, однак можливе відчуття необхідності зважувати можливі наслідки. Найменша частка респондентів з високим рівнем самооцінки, лише 12,5%, виявила середній рівень готовності до ризику. Це може бути ознакою того, що лише деякі рятувальники з високою самооцінкою, як правило, готові до більшої міри ризику, оскільки вірять у власні навички та здібності.

Аналізуючи вираження низького рівня готовності до ризику серед рятувальників з різним рівнем самооцінки, можна відзначити, що найбільша частка випробовуваних, які проявляють низьку готовність до ризику, належить до групи з високим рівнем самооцінки. Це свідчить про те, що

рятувальники з підвищеною самооцінкою, можливо, є більш обережними та схильними до ризикованих дій лише в певних ситуаціях, віддаючи перевагу безпечнішим варіантам. Відповідно, 75% таких респондентів демонструють недостатню готовність до ризику, що може бути пов’язано з їхньою відповідальністю та обізнаністю щодо можливих наслідків ризикованих рішень.

Досліджуючи рятувальників із середнім рівнем самооцінки, ми спостерігаємо значно менший відсоток – лише 15% респондентів демонструють низьку готовність до ризику. Це може вказувати на те, що рятувальники з середньою самооцінкою мають певну ступінь впевненості у своїх можливостях і, таким чином, готові брати на себе більшу відповідальність у критичних ситуаціях. Однак, їхня готовність до ризику може бути помірною, що говорить про усвідомлення ризиків і обережний підхід. Нарешті, лише 6% респондентів з низьким рівнем самооцінки виявляють низьку готовність до ризику. Це може свідчити про те, що деякі рятувальники з низькою самооцінкою, незважаючи на свою невпевненість, все ж готові до прийняття ризиків, можливо, через потребу в доказі своїх здібностей або бажання перевершити власні обмеження. Така поведінка може вказувати на парадоксальну ситуацію, де відсутність впевненості підштовхує їх до ризикованих дій, хоча загалом їхній ризикований підхід до виконання обов’язків може бути зумовлений емоційними та психологічними факторами.

Результати дослідження вираження готовності до ризику рятувальників з різним рівнем самооцінки показують значні відмінності, що підкреслюють роль самооцінки в прийнятті ризикових рішень. Рятувальники із середньою самооцінкою демонструють найбільш збалансований підхід. Вони мають достатню впевненість у власних силах, що дозволяє їм приймати швидкі та обґрунтовані рішення під час рятувальних операцій, водночас критично оцінюючи ситуацію та уникнувши надмірного ризику. Рятувальники з низькою самооцінкою можуть вдаватися до ризикованих дій, часто через потребу у соціальному схваленні та самодоказу. Така мотивація може

призводити до небезпечних рішень в умовах екстремальних ситуацій, оскільки їхня готовність до ризику базується на внутрішніх сумнівах у власній компетентності. Рятувальники з високою самооцінкою, у свою чергу, зазвичай проявляють найнижчий рівень готовності до ризику. Вони менш схильні до ризикової поведінки, оскільки мають глибше усвідомлення своїх можливостей і меж. Їхня впевненість базується на знаннях і досвіді, а не на потребі доводити свої здібності через ризикові дії.

Аналіз вказує на те, що низький рівень готовності до ризику переважно спостерігається у рятувальників з високою самооцінкою. Водночас респонденти з середньою та низькою самооцінкою демонструють більшу схильність до ризику, але з різними мотиваціями. Цей висновок підкреслює важливість психологічних факторів, зокрема самооцінки, у формуванні готовності до ризику в професії рятувальника, що має практичне значення для відбору, навчання та підтримки фахівців у цій сфері.

Останньою для вивчення показників схильності до ризику рятувальників з різним рівнем самооцінки було використано методику «Розміщення себе на умовній шкалі схильності до ризику» С. Бикової (див. розділ ІІ).

Важливу роль відіграють якісні показники, які характеризують поведінку рятувальників у ризикових ситуаціях. Серед таких показників можна виділити емоційний, когнітивний, дієвий та контрольно-регулюючий компоненти. Аналізуючи ці характеристики, ми можемо отримати глибше розуміння того, як різні рівні самооцінки впливають на прийняття рятувальниками ризикових рішень. Це, в свою чергу, дозволяє розробити рекомендації щодо тренінгів і психологічної підтримки, що сприятимуть підвищенню готовності рятувальників до дій у екстремальних умовах. Результати дослідження якісних показників схильності до ризику у групі респондентів з різним рівнем самооцінки зображені у табл. 3.2.

Рятувальники з високим рівнем самооцінки демонструють вищий емоційний компонент (7,9), що свідчить про їхню впевненість у своїх силах і

здатності справлятися з викликами. Це дозволяє їм зменшувати тривожність і страх у ризикових ситуаціях, покращуючи контроль над емоціями та прийняття рішень. У групі з середнім рівнем самооцінки (7,5) емоційний фон також залишається позитивним, але може вказувати на певну невизначеність у сприйнятті власних можливостей, що робить їх чутливими до зовнішніх стресів. Натомість рятувальники з низьким рівнем самооцінки (6,9) мають найнижчий показник, що свідчить про їхню схильність до емоційних переживань і тривожності, що може ускладнювати прийняття рішень у критичних ситуаціях.

Таблиця 3.2.

Розподіл досліджуваних з різним рівнем самооцінки за середніми значеннями якісних показників схильності до ризику за методикою «Розміщення себе на умовній шкалі схильності до ризику» С. Бикової (середні значення)

Групи досліджуваних / Якісні показники	Досліджувані з високим рівнем самооцінки	Досліджувані з середнім рівнем самооцінки	Досліджувані з низьким рівнем самооцінки
Емоційний ком-нт	7,9	7,5	6,9
Когнітивний ком-нт	6,6	7,4	6,6
Дієвий ком-нт	6,9	7,3	7,5
Контрольно-регулюючий ком-нт	6,6	6,6	7

Щодо когнітивного компонента, рятувальники з високим рівнем самооцінки показують середнє значення 6,6. Це свідчить про те, що, хоча вони впевнені у своїх здібностях, їхня оцінка ризиків може бути менш адекватною

через надмірну самовпевненість, що призводить до недооцінки небезпек. У групі з середнім рівнем самооцінки (7,4) показник когнітивного компонента є найвищим, що може вказувати на здатність більш точно оцінювати ризики та загрози. Рятувальники з низьким рівнем самооцінки (6,6) демонструють стабільний результат, але їхня невпевненість може призводити до переоцінки небезпек, що часто викликає параліч або уникнення ризикових ситуацій.

Аналіз дієвого компонента показує, що рятувальники з високим рівнем самооцінки мають показник 6,9, що може свідчити про їхню схильність до планування та обдумування дій, що знижує активність у ризикових ситуаціях. Рятувальники з середнім рівнем самооцінки (7,3) виявляють високу готовність до дій, завдяки чому вони здатні приймати зважені рішення в критичних ситуаціях. Натомість рятувальники з низьким рівнем самооцінки демонструють найвищий показник у дієвому компоненті (7,5). Це може свідчити про їхню активність, яка виникає з потреби довести свою цінність у складних ситуаціях, хоча ця активність може бути імпульсивною та спонтанною.

У контрольному компоненті рятувальники з високим і середнім рівнями самооцінки мають однаковий показник (6,6), що вказує на їхню здатність до контролю своїх дій у ризикових ситуаціях. Це може свідчити про певну стабільність у прийнятті рішень. Натомість рятувальники з низьким рівнем самооцінки (7,0) показують вищий результат, що може вказувати на їхню потребу в контролі над ситуацією. Ця надмірна потреба в контролі може призводити до коливань у прийнятті рішень і навіть паралічу в ситуаціях, де потрібна швидка реакція.

Можна припустити, що рівень самооцінки має значний вплив на різні аспекти схильності до ризику у рятувальників. Високий рівень самооцінки пов’язаний з впевненістю у своїх силах, проте може призводити до недооцінки ризиків. Середній рівень самооцінки забезпечує оптимальний баланс між оцінкою ризику та готовністю діяти. Низький рівень самооцінки може спонукати до активності, але з підвищеним ризиком імпульсивності та

недостатнього контролю. Ці результати підкреслюють важливість розвитку самооцінки рятувальників для покращення їхньої готовності до ризикових ситуацій і прийняття зважених рішень.

Окрім цього, дана методика дозволяє проаналізувати формально-динамічні показники схильності до ризику у рятувальників з різним рівнем самооцінки, які продемонстровані у таблиці 3.3.

Рятувальники з високим рівнем самооцінки виявили потребу ризикувати на рівні 8,3, що є найвищим показником серед усіх груп. Цей високий рівень може вказувати на те, що рятувальники з високою самооцінкою відчувають більшу впевненість у своїх силах і вміннях, що підштовхує їх до більш активного прийняття ризиків у своїй професійній діяльності. Вони можуть сприймати ризик як частину своєї роботи, що може бути позитивним фактором у кризових ситуаціях. Рятувальники з середньою самооцінкою мають середнє значення 8, що також вказує на значну потребу ризикувати, хоча й у меншій мірі, ніж у попередній групі. Натомість рятувальники з низьким рівнем самооцінки показують нижчий рівень потреби ризикувати – 7. Це може свідчити про те, що вони, можливо, менше впевнені у своїх здібностях та більш обережні у прийнятті ризикованих рішень.

Усі три групи рятувальників продемонстрували схожий рівень стійкості до ризику, з середніми значеннями 7,5 для групи з високою самооцінкою, 7,5 для середньої самооцінки та 7,1 для групи з низькою самооцінкою. Це свідчить про те, що незалежно від рівня самооцінки, рятувальники в цілому здатні залишатися стійкими в стресових ситуаціях. Високі значення вказують на те, що вони можуть справлятися з ризиком та непередбачуваними ситуаціями, що є критично важливим у їхній професії. Тим не менш, рятувальники з низькою самооцінкою можуть мати деякі труднощі в підтриманні цієї стійкості, що може вплинути на їхні професійні рішення.

Рятувальники з високою самооцінкою мають середнє значення 7,6, у той час як середнє значення для рятувальників з середньою самооцінкою становить 7,3, а для тих, хто має низьку самооцінку – 6,9. Це вказує на те, що

рятувальники з високою самооцінкою більш схильні до виконання різноманітних ризикових дій, можливо, через їхню готовність пробувати нові стратегії та підходи у вирішенні проблем.

Таблиця 3.3.

Розподіл досліджуваних з різним рівнем самооцінки за середніми значеннями формально-динамічних показників схильності до ризику за методикою «Розміщення себе на умовній шкалі схильності до ризику» С. Бикової (середні значення)

Групи досліджуваних / Формально-динамічні показники	Досліджувані з високим рівнем самооцінки	Досліджувані з середнім рівнем самооцінки	Досліджувані з низьким рівнем самооцінки
Потреба ризикувати	8,3	8	7
Стійкість схильності до ризику	7,5	7,5	7,1
Діапазон проявів ризикових дій (широта)	7,6	7,3	6,9
Імпульсивність ризикових дій	7,1	6,8	6,9
Чутливість до ситуацій	7	7	6,5
Легкість виникнення ризикових дій	7	6,3	6,6

Рятувальники з середньою самооцінкою також демонструють хороший діапазон ризикових дій, але злегка менший, що може свідчити про помірну обережність у їхній поведінці. У рятувальників з низькою самооцінкою цей показник помітно нижчий, що може бути ознакою того, що вони менш схильні до нових викликів і ризиків, можливо, через страх невдачі або недостатню впевненість у своїх силах.

У рятувальників з високою самооцінкою цей показник становить 7,1, що є найвищим показником серед груп. Це може свідчити про те, що вони більш схильні до спонтанних рішень у ризикових ситуаціях, оскільки відчувають упевненість у своїх діях. У рятувальників з середньою самооцінкою імпульсивність становить 6,8, що вказує на деяку обережність у їхній поведінці. Тим не менш, рятувальники з низьким рівнем самооцінки показують схожий рівень імпульсивності (6,9), що може вказувати на їхнє бажання ризикувати, але без достатньої впевненості у своїх діях.

Чутливість до ситуацій у рятувальників з високою та середньою самооцінкою становить 7, тоді як рятувальники з низьким рівнем самооцінки показують нижчий рівень чутливості – 6,5. Це вказує на те, що рятувальники з вищою самооцінкою більш уважні до ризикових ситуацій та здатні швидше реагувати на зміни в оточенні. Вони, ймовірно, краще усвідомлюють ризики, що можуть виникнути, і можуть більш ефективно адаптувати свої дії. Натомість рятувальники з низькою самооцінкою можуть бути менш чутливими до ризикових ситуацій, що може призвести до недостатньої готовності до критичних моментів.

Рятувальники з високою самооцінкою мають середнє значення 7, що є найвищим показником, вказуючи на те, що вони легше піддаються ризиковим ситуаціям і мають більшу ймовірність їхнього виникнення. Це може свідчити про їхню готовність до дій у небезпечних обставинах. У рятувальників з середньою самооцінкою цей показник становить 6,3, що вказує на певну обережність і менш активне ставлення до ризику. Рятувальники з низьким рівнем самооцінки демонструють середнє значення 6,6, що може свідчити про

їхню неготовність до ризикових ситуацій і потребу в додатковій підтримці та мотивації.

Загалом, результати за формально-динамічними показниками показують, що рятувальники з високим рівнем самооцінки виявляють вищі показники схильності до ризику у порівнянні з рятувальниками з середнім і низьким рівнями самооцінки.

Результати дослідження показують помітні відмінності у якісних та формально-динамічних показниках схильності до ризику серед рятувальників з різним рівнем самооцінки. Аналіз якісних показників виявив, що рятувальники з високим рівнем самооцінки мають найвищі показники емоційного компонента, що свідчить про їхню впевненість у собі та здатність знижувати тривожність у ризикових ситуаціях. Однак, їхня оцінка ризиків може бути менш адекватною, що підкреслює небезпеку недооцінки загроз. Середня самооцінка рятувальників забезпечує оптимальний баланс між впевненістю та обережністю, тоді як рятувальники з низькою самооцінкою демонструють високий рівень тривожності, що ускладнює прийняття рішень у критичних ситуаціях. Формально-динамічні показники свідчать про те, що рятувальники з високим рівнем самооцінки мають найвищу потребу ризикувати, що може бути позитивним у кризових ситуаціях, проте це також несе ризики пов’язані з надмірною самовпевненістю. У рятувальників із середнім рівнем самооцінки спостерігається добра здатність до оцінки ризиків, що дозволяє їм приймати зважені рішення. Натомість рятувальники з низькою самооцінкою проявляють обережність у ризикових ситуаціях, що може обмежувати їхню активність і готовність до дій.

Таким чином, рівень самооцінки рятувальників істотно впливає на їхню готовність до ризику. Високий рівень самооцінки сприяє впевненості, але може призводити до недооцінки загроз, тоді як середня самооцінка забезпечує більш оптимальне ставлення до ризику. Низька самооцінка, хоча й може спонукати до активності, часто супроводжується імпульсивністю та недостатнім контролем. Ці результати підкреслюють необхідність розвитку та

підтримки самооцінки рятувальників для підвищення їхньої готовності до ризикових ситуацій та прийняття зважених рішень.

Наступним етапом емпіричного дослідження стала статистична перевірка отриманих даних за допомогою програми Statistica. За допомогою методу кореляції Спірмена було виявлено різну кількість внутрішніх та зовнішніх значимих кореляційних зв'язків у групах рятувальників з різним рівнем самооцінки. Загалом у кожній із досліджуваних груп було виявлено різні зовнішні зв'язки між рівнем самооцінки та рівнем й показниками схильності до ризику. Найбільш значимі зв'язки були відображені у кореляційних плеядах на рис. 3.3.-3.5.

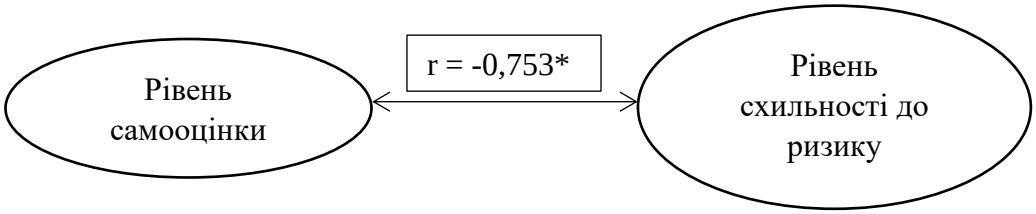


Рис. 3.3. **Кореляційна плеяда статистично істотних зв'язків у рятувальників з високим рівнем самооцінки**

Згідно з даними, представленими на рис. 3.3., у групі рятувальників з високим рівнем самооцінки можна виділити наявність тільки одного від'ємного кореляційного зв'язку між загальним рівнем самооцінки та загальним рівнем схильності до ризику ($r = -0,753$, $p \leq 0,05$). Це може бути наслідком того, що рятувальники з високою самооцінкою відчувають впевненість у своїх здібностях, що може призводити до більш обережного підходу в ситуаціях, які містять ризики. Від'ємний зв'язок також може вказувати на те, що рятувальники з високим рівнем самооцінки прагнуть уникати ризикових дій, оскільки мають більш чітке усвідомлення можливих наслідків своїх рішень. Вони, ймовірно, оцінюють ситуації більш критично, що зменшує їхню схильність до імпульсивних рішень. Це підкреслює, що висока самооцінка може слугувати як захисний фактор, запобігаючи необдуманим вчинкам і підвищуючи відповідальність у професійній діяльності. Вони можуть мати більш розвинені навички управління своїми

емоціями та оцінки ризиків, що дозволяє їм знижувати свою схильність до ризику в критичних ситуаціях. З таким підходом вони можуть успішно справлятися з викликами, забезпечуючи ефективність у своїй діяльності без зайвого ризику.

За допомогою кореляційного аналізу встановлено, що у групі рятувальників з середнім рівнем самооцінки дещо збільшилась кількість наявних кореляційних зв'язків між показниками (див. рис. 3.4).

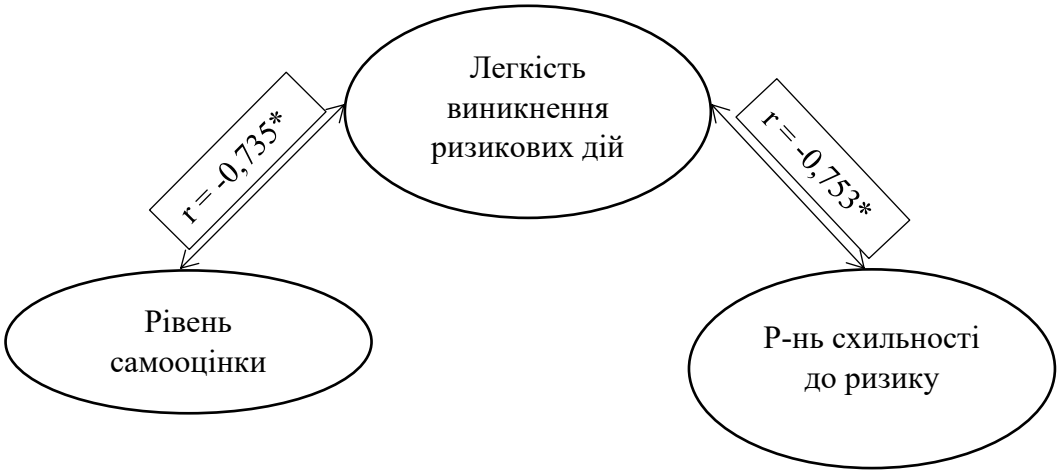


Рис. 3.4. **Кореляційна плеяда статистично істотних зв'язків у рятувальників із середнім рівнем самооцінки**

Як вказують дані на рисунку, наявна значна взаємозалежність між формально-динамічним показником «Легкість виникнення ризикових дій» та іншими аспектами, такими як загальний рівень самооцінки та загальний рівень схильності до ризику. Встановлений від'ємний кореляційний зв'язок ($r = -0,735$, $p \leq 0,05$) між легкістю виникнення ризикових дій і загальним рівнем самооцінки свідчить про те, що з підвищенням самооцінки рятувальників їхня схильність до ризикових дій зменшується. Це може вказувати на те, що рятувальники, які більш впевнені у своїх силах, стають обачнішими у своїй поведінці, що веде до зменшення спонтанних ризикованих дій. Крім того, від'ємна кореляція ($r = -0,753$, $p \leq 0,05$) між легкістю виникнення ризикових дій і загальним рівнем схильності до ризику також підтверджує, що рятувальники з середнім рівнем самооцінки, які мають вищу схильність до ризику, зіштовхуються з труднощами в контролі своїх імпульсів. Це може свідчити

про те, що низький рівень самооцінки може спонукати до імпульсивності та ризикованих дій, у той час як середній рівень самооцінки дозволяє більш ретельно оцінювати ситуації та уникати необдуманих рішень.

Також й в групі рятувальників із низьким рівнем самооцінки було виявлено різні зовнішні кореляційні зв'язки (див. табл. 3.5).

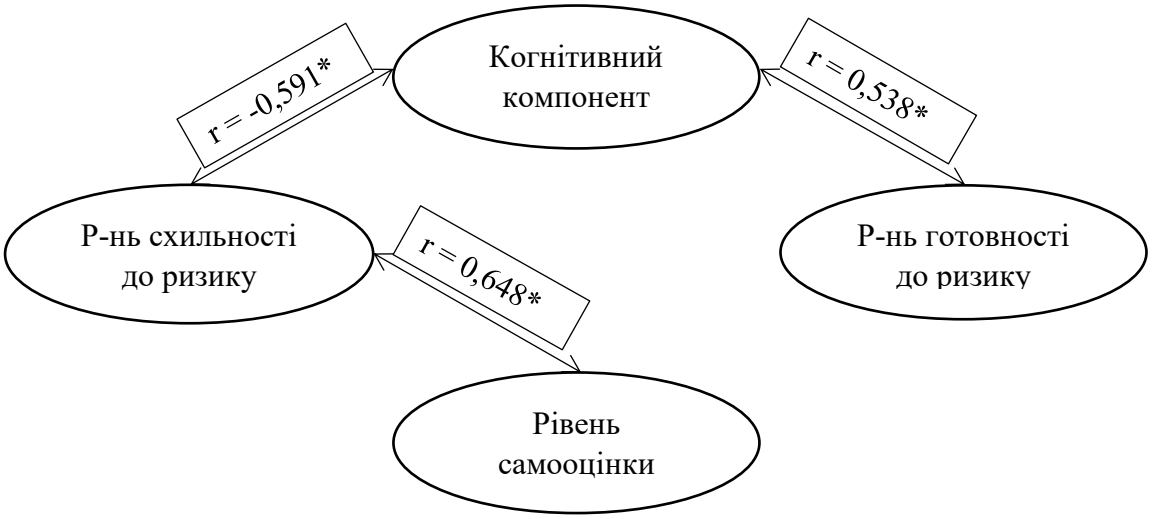


Рис. 3.5. **Кореляційна плеяда статистично істотних зв'язків у рятувальників з низьким рівнем самооцінки**

Згідно з даними, представленими на рис. 3.5., у групі рятувальників з низьким рівнем самооцінки спостерігаються значимі кореляційні зв'язки між когнітивним компонентом і загальними показниками схильності та готовності до ризику. Виявлений від'ємний зв'язок ($r = -0,591$, $p \leq 0,05$) між когнітивним компонентом і загальним рівнем схильності до ризику свідчить про те, що рятувальники з низьким рівнем самооцінки, які оцінюють ризики більш адекватно, мають тенденцію до зниження своєї схильності до ризику. Підвищення рівня когнітивних здібностей у таких рятувальників може зменшити їхню схильність до ризикованих ситуацій, що вказує на потенціал для роботи над розвитком їхніх оцінних навичок для покращення готовності до дій у стресових обставинах. Водночас, додатний кореляційний зв'язок ($r = 0,538$, $p \leq 0,05$) між когнітивним компонентом і загальним рівнем готовності до ризику вказує на те, що рятувальники з низьким рівнем самооцінки, хоча й можуть бути обережними у прийнятті ризикових рішень, все ж готові діяти в

критичних ситуаціях, якщо мають чітке уявлення про можливі наслідки своїх дій. Це свідчить про те, що навіть за низької самооцінки, рятувальники можуть проявляти певну готовність до ризику, якщо їхня оцінка ризиків є обґрунтованою.

Загальний рівень самооцінки корелює із загальним рівнем схильності до ризику ($r = 0,648$, $p \leq 0,01$). Додатній зв'язок може свідчити про те, що вища самооцінка пов'язана з більшою готовністю до ризикових дій. Це означає, що рятувальники, які вважають себе більш компетентними, схильні бути більш відкритими до ризикованих ситуацій, що може позитивно впливати на їхню ефективність під час виконання професійних обов'язків. Однак важливо зазначити, що в рятувальників з низьким рівнем самооцінки цей зв'язок може мати особливий контекст. В умовах недостатньої впевненості у власних силах рятувальники можуть проявляти обережність у ризикових ситуаціях, що, з одного боку, захищає їх від необдуманих рішень, але з іншого – може обмежувати їхню активність і готовність до дій. Це може свідчити про те, що хоча загальна самооцінка сприяє схильності до ризику, у випадку з рятувальниками з низькою самооцінкою ризики можуть оцінюватися інакше – як загроза, а не можливість.

Отже, дослідження кореляційних зв'язків між рівнем самооцінки та схильністю до ризику у рятувальників виявило як спільні, так і відмінні результати у групах з різним рівнем самооцінки. У рятувальників з високим рівнем самооцінки спостерігається чітка від'ємна кореляція між загальним рівнем самооцінки та схильністю до ризику. Це вказує на те, що впевненість у своїх здібностях зменшує імпульсивність і ризиковість їхньої поведінки. Рятувальники з високою самооцінкою, схоже, усвідомлюють наслідки своїх дій, що веде до більш обережного підходу в критичних ситуаціях. У групі рятувальників із середнім рівнем самооцінки було виявлено більше кореляційних зв'язків, зокрема, від'ємна кореляція між легкістю виникнення ризикових дій і загальним рівнем самооцінки. Це свідчить про те, що впевненість у своїх силах допомагає уникати спонтанних ризикованих рішень.

Однак, рятувальники з середнім рівнем самооцінки можуть зіштовхуватися з труднощами в контролі імпульсів, що вказує на потребу в розвитку навичок управління ризиком.

У рятувальників з низьким рівнем самооцінки також виявлено значимі кореляційні зв'язки, зокрема, від'ємний зв'язок між когнітивним компонентом і загальним рівнем схильності до ризику. Це вказує на те, що рятувальники з низькою самооцінкою, оцінюючи ризики більш адекватно, можуть зменшувати свою схильність до ризикових ситуацій. Водночас, додатний кореляційний зв'язок між когнітивним компонентом і готовністю до ризику демонструє, що навіть рятувальники з низькою самооцінкою можуть проявляти готовність до дій в критичних ситуаціях, якщо мають чітке уявлення про наслідки.

Загалом, високий рівень самооцінки сприяє зменшенню схильності до ризику, тоді як низький рівень самооцінки може призводити до обережності, але не заважає готовності до ризикованих дій, якщо ризики оцінюються адекватно. Результати підкреслюють важливість розвитку самооцінки та когнітивних навичок рятувальників для оптимізації їхньої поведінки в умовах стресу та ризику.

З метою порівняльного аналізу розглянемо узагальнений профіль основних особливостей схильності до ризику рятувальників з різним рівнем самооцінки. Пропонуємо наступні узагальнені висновки, орієнтуючись на отримані результати емпіричного дослідження:

1. Результати дослідження рівня схильності до ризику за методикою діагностики схильності до ризику (О. Шмельов) вказують, що середній рівень схильності до ризику, одностайно спостережуваний серед рятувальників з різним рівнем самооцінки, є свідченням їх професійної підготовленості, здатності до командної роботи та розуміння важливості збалансованого підходу до небезпек.

2. Результати дослідження ступеня готовності до ризику за методикою діагностики ступеня готовності до ризику (Г. Шуберт) демонструють значні

відмінності, що підкреслюють роль самооцінки в прийнятті ризикових рішень. Рятувальники із середньою самооцінкою демонструють найбільш збалансований підхід. Вони мають достатню впевненість у власних силах, що дозволяє їм приймати швидкі та обґрунтовані рішення під час рятувальних операцій, водночас критично оцінюючи ситуацію та уникнувши надмірного ризику. Рятувальники з низькою самооцінкою можуть вдаватися до ризикованих дій, часто через потребу у соціальному схваленні та самодоказу. Така мотивація може призводити до небезпечних рішень в умовах екстремальних ситуацій, оскільки їхня готовність до ризику базується на внутрішніх сумнівах у власній компетентності. Рятувальники з високою самооцінкою, у свою чергу, зазвичай проявляють найнижчий рівень готовності до ризику. Вони менш схильні до ризикової поведінки, оскільки мають глибше усвідомлення своїх можливостей і меж. Їхня впевненість базується на знаннях і досвіді, а не на потребі доводити свої здібності через ризикові дії.

3. Результати дослідження вираженості показників схильності до ризику за методикою «Розміщення себе на умовній шкалі схильності до ризику» (С. Бикова) виявили, що рятувальники з високим рівнем самооцінки мають найвищі показники емоційного компонента, що свідчить про їхню впевненість у собі та здатність знижувати тривожність у ризикових ситуаціях. Однак, їхня оцінка ризиків може бути менш адекватною, що підкреслює небезпеку недооцінки загроз. Середня самооцінка рятувальників забезпечує оптимальний баланс між впевненістю та обережністю, тоді як рятувальники з низькою самооцінкою демонструють високий рівень тривожності, що ускладнює прийняття рішень у критичних ситуаціях. Формально-динамічні показники свідчать про те, що рятувальники з високим рівнем самооцінки мають найвищу потребу ризикувати, що може бути позитивним у кризових ситуаціях, проте це також несе ризики пов’язані з надмірною самовпевненістю. У рятувальників із середнім рівнем самооцінки спостерігається добра здатність до оцінки ризиків, що дозволяє їм приймати

зважені рішення. Натомість рятувальники з низькою самооцінкою проявляють обережність у ризикових ситуаціях, що може обмежувати їхню активність і готовність до дій.

4. Аналіз кореляційних зв'язків між рівнем самооцінки та схильністю до ризику у рятувальників виявило як спільні, так і відмінні результати у групах з різним рівнем самооцінки. У рятувальників з високим рівнем самооцінки спостерігається чітка від'ємна кореляція між загальним рівнем самооцінки та схильністю до ризику. Це вказує на те, що впевненість у своїх здібностях зменшує імпульсивність і ризиковість їхньої поведінки. У групі рятувальників із середнім рівнем самооцінки було виявлено більше кореляційних зв'язків, зокрема, від'ємна кореляція між легкістю виникнення ризикових дій і загальним рівнем самооцінки. Це свідчить про те, що впевненість у своїх силах допомагає уникати спонтанних ризикованих рішень. Однак, рятувальники з середнім рівнем самооцінки можуть зіштовхуватися з труднощами в контролі імпульсів, що вказує на потребу в розвитку навичок управління ризиком. У рятувальників з низьким рівнем самооцінки також виявлено значимі кореляційні зв'язки, зокрема, від'ємний зв'язок між когнітивним компонентом і загальним рівнем схильності до ризику. Це вказує на те, що рятувальники з низькою самооцінкою, оцінюючи ризики більш адекватно, можуть зменшувати свою схильність до ризикових ситуацій. Водночас, додатний кореляційний зв'язок між когнітивним компонентом і готовністю до ризику демонструє, що навіть рятувальники з низькою самооцінкою можуть проявляти готовність до дій в критичних ситуаціях, якщо мають чітке уявлення про наслідки.

Загалом, високий рівень самооцінки сприяє зменшенню схильності до ризику, тоді як низький рівень самооцінки може призводити до обережності, але не заважає готовності до ризикованих дій, якщо ризики оцінюються адекватно. Результати підкреслюють важливість розвитку самооцінки та когнітивних навичок рятувальників для оптимізації їхньої поведінки в умовах стресу та ризику.

3.3. Психологічні рекомендації рятувальникам щодо оптимізації професійної діяльності в умовах ризику

На основі теоретичного аналізу проблеми психологічної готовності та підготовки до реалізації професійної діяльності працівників МНС України, а також здійснених О. Колесніченком [26] експериментальних досліджень, науковець робить висновок про зміст цілеспрямованої оптимізації професійної діяльності пожежних рятувальників і тієї вагомої ролі, яка в даному процесі належить власне психологічній підтримці.

Метою удосконалення психологічної підготовки є не лише отримання оптимального обсягу необхідних знань, умінь і навичок, але й розвиток професійно значущих якостей співробітників ДСНС України. У процесі підготовки фахівців значний акцент робиться на формування професійно важливих якостей, серед яких перше місце займають інтелектуальні здібності, уміння та навички, що впливають на загальну стратегію дій в екстремальних умовах. Особлива увага приділяється вибору тактик, спеціальних прийомів і конкретних дій на об'єктах професійної діяльності.

Основне завдання психологічної підготовки полягає в підвищенні психологічної готовності рятувальників ДСНС до успішного подолання психологічних бар’єрів, що виникають під час виконання завдань.

Одним із ключових структурних елементів готовності пожежних рятувальників ДСНС України є сукупність інструментальних професійно значущих якостей. Ці якості об’єднуються в кілька основних блоків: мотиваційний, пізнавальний, вольовий, типологічний та регуляторний. Формування таких складових психологічної готовності є центральним завданням у процесі психологічної підготовки пожежників-рятувальників ДСНС, що спрямоване на професійну діяльність. Під час навчальних занять з професійної підготовки основний акцент робиться на моделюванні цих компонентів, що сприяє розвитку психологічної готовності фахівців.

Мотиваційний аспект психологічної підготовки пожежників-рятувальників формується через відтворення професійних ситуацій, застосування вправ і ігор, які допомагають активізувати мотиваційну сферу працівників і зміцнити взаємодію в колективі. Під час таких занять увага приділяється розвитку мотивацій самоконтролю, самовиховання та самонавчання, а також здатності до самоорганізації. Серед основних напрямків мотиваційної сфери можна виокремити наступні: стимуляція активності через створення тренувальних ситуацій, моделювання змінної обстановки та підтримка зацікавленості рятувальників у досягненні високих показників професійної діяльності.

Пізнавальний компонент мотивації формується за допомогою впровадження вправ, спрямованих на подолання стресових ситуацій і розвиток уміння швидко приймати рішення. До цього належить активізація мислення в умовах підвищеного емоційного навантаження, що стимулює швидкість реакції та гнучкість у прийнятті рішень.

Підготовка до виконання службових обов'язків також спрямована на вироблення вольових якостей, моделювання професійних труднощів, а також вироблення здатності діяти в складних, нестандартних умовах з різними перешкодами.

Для забезпечення високого рівня психологічної підготовки важливо, по-перше, точно визначити набір необхідних професійних якостей для працівників пожежно-рятувальної служби, а по-друге, здійснити цілеспрямовану роботу з їхнього формування. До найважливіших психологічних характеристик, які потрібно розвивати, належать такі:

1. Професійна увага та спостережливість – здатність розподіляти увагу на важливі об'єкти та аспекти своєї професійної діяльності, а також дотримання відповідних переконань.

2. Професійна пам'ять – розвиток навичок швидкого запам'ятовування, надійного зберігання та оперативного відтворення інформації, що є необхідним для службового інтересу.

3. Професійне мислення – вміння аналізувати ситуації, що виникають на службі, проводити оцінку як поточних, так і потенційних загроз.

Усі ці навички та якості сприятимуть підвищенню рівня психологічної готовності працівників пожежно-рятувальних служб, що допоможе їм ефективніше виконувати службові обов'язки.

Під час виконання професійних обов'язків працівниками пожежно-рятувальної служби МНС з'являється потреба у вдосконаленні самоорганізації, зосередженості, пам'яті та мислення, а також в активізації вже набутого досвіду і навичок. Це забезпечується шляхом постановки та формулювання питань, аналізу виконаної роботи. Важливо усвідомлювати, що розуміння ситуації, контролювання емоцій та переживань знижує їхній вплив, а аналіз причин допомагає зменшити психологічне напруження. Задля підтримки належного рівня психологічної готовності працівників МНС до виконання професійних обов'язків пропонується застосувати метод «психологічного дебрифінгу». Він є одним із найдієвіших способів психологічної підтримки, що сприяє аналізу помилок, допущених під час роботи в екстремальних умовах.

Структура методу:

- ведучий: практичний психолог МНС;

- кількість учасників: 5-7 осіб;

- місце проведення: спеціально обладнана кімната, ізольована від зовнішніх подразників (підходить кімната психологічного розвантаження);

- технічні засоби: аудіо- та відеозаписи службових ситуацій та подій.

Процедура психологічного дебрифінгу складається з шести основних етапів:

1. Вступний етап. Працівникам пояснюють мету, завдання та правила проведення дебрифінгу. Ведучий також заздалегідь зазначає, що учасники можуть відчути певний емоційний дискомфорт.

2. Етап фактів. Кожен учасник детально розповідає про події, що сталися, описуючи те, що бачили чи чули, а також хронологію подій, як вони їх запам’ятали.

3. Етап думок, емоцій та почуттів. Ведучий запрошує кожного учасника поділитися своїми емоційними реакціями на події, дозволяючи їм висловити свої почуття та переживання.

4. Етап симптомів. На цьому етапі учасники обговорюють свої емоційні, когнітивні та фізіологічні реакції на стресові ситуації.

5. Етап нормалізації. Ведучий пояснює учасникам, як організм реагує на стрес та екстремальні ситуації, обговорюючи способи подолання цих реакцій.

6. Етап завершення. Відбувається символічне закриття минулого досвіду і перехід до нових завдань, щоб учасники змогли завершити процес дебрифінгу.

Дебрифінг у підрозділах МНС не обмежується цими етапами і є частиною загальної системи психологічної підтримки для співробітників [1].

У сучасних умовах роботи рятувальників, які часто стикаються з екстремальними ситуаціями та високим рівнем ризику, надзвичайно важливою є не лише професійна підготовка, а й психологічна стійкість. Робота в умовах постійного стресу вимагає від рятувальників навичок швидкої адаптації, концентрації уваги, здатності контролювати емоції та зберігати ясність мислення навіть у найкритичніші моменти. З огляду на це, психологічна підтримка та впровадження методів оптимізації діяльності є невід’ємними елементами ефективної роботи служб порятунку. Рекомендації щодо підвищення психологічної стійкості та зниження впливу стресу можуть допомогти рятувальникам не лише краще виконувати свої обов’язки, а й зберегти власне здоров’я та психічну рівновагу.

- Розвиток навичок саморегуляції

Під час виконання складних завдань рятувальникам необхідно зберігати спокій і чіткість мислення. Саморегуляція включає контроль емоцій та поведінки, що дозволяє залишатися продуктивними навіть у стресових

умовах. Для цього можна використовувати техніки глибокого дихання (наприклад, метод «4-7-8», де Ви вдихаєте протягом 4 секунд, затримуєте дихання на 7 секунд і видихаєте протягом 8 секунд) або методики прогресивного м’язового розслаблення, які допомагають заспокоїти нервову систему. Розвиток навичок саморегуляції знижує ризик перевтоми та емоційного вигоряння, дозволяючи зберегти фізичну та психічну енергію.

- Вправи на концентрацію уваги

В екстремальних умовах рятувальникам часто доводиться зосереджуватися на кількох аспектах одночасно, наприклад, слідкувати за станом потерпілих, оцінювати ризики та забезпечувати власну безпеку. Регулярні вправи на покращення уваги, такі як тренування з фіксацією погляду на об’єкті, що швидко рухається, або вправи на розподіл уваги, допоможуть підтримувати високу концентрацію в умовах ризику. Розвиток навичок уважності також знижує ризик помилок та підвищує ефективність роботи.

- Розвиток стресостійкості

Рятувальники часто стикаються з непередбачуваними ситуаціями, які потребують швидкої реакції і високої стійкості до стресу. Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) може бути корисною для формування більш адаптивного підходу до стресу. За допомогою КПТ рятувальники можуть навчитися ідентифікувати негативні думки і змінювати їх на позитивні чи нейтральні, що допомагає зберігати спокій та діяти раціонально навіть у критичних моментах. Крім того, тренування в стресових умовах, таких як симуляції екстрених ситуацій, допомагає рятувальникам адаптуватися до можливих реальних подій.

- Фізична підготовка

Психологічна витривалість часто залежить від фізичної форми, які знижують рівень стресу. Регулярні тренування, які поєднують кардіо і силові вправи, дозволяють рятувальникам підтримувати високий рівень енергії і витривалості. Також, фізична підготовка зменшує ризик травм, підвищує стійкість до втоми і покращує здатність швидко реагувати в екстремальних

ситуаціях. Крім того, участь у командних спортивних заходах може сприяти побудові довіри та покращенню співпраці в команді.

- Тренування швидкого прийняття рішень

Рятувальники часто працюють в умовах обмеженого часу, коли потрібно приймати рішення за лічені секунди. Для розвитку цього вміння корисно проводити регулярні симуляційні вправи, що моделюють різні надзвичайні ситуації. Наприклад, відпрацювання рішень у змодельованих пожежах, аваріях чи інших кризових ситуаціях дозволяє розвинути навички інтуїтивного прийняття рішень. Це сприяє розвитку впевненості в собі та знижує рівень тривоги під час реальних екстрених ситуацій.

- Зміцнення командної взаємодії

Рятувальники зазвичай працюють у команді, і успіх їхньої роботи значною мірою залежить від злагодженої взаємодії. Регулярні командні тренування, які включають рольові ігри та симуляції різних сценаріїв, дозволяють рятувальникам розвивати довіру один до одного, що є критичним у ризикованих ситуаціях. Командна робота також передбачає вміння швидко і чітко комунікувати, розподіляти обов’язки та підтримувати один одного. Навички активного слухання та відкритого спілкування сприяють формуванню довіри, що є основою ефективної роботи в небезпечних умовах.

- Розвиток навичок саморефлексії

Аналіз власних дій після виконання завдання допомагає зрозуміти, що було зроблено правильно, а що потребує вдосконалення. Це сприяє професійному зростанню та розвитку особистої відповідальності. Дебрифінги, які проходять після особливо складних випадків, дозволяють рятувальникам не лише аналізувати свої дії, але й ділитися емоціями та отримувати підтримку від колег.

- Підтримка психічного здоров’я

Важливо регулярно відвідувати психолога або спеціаліста з психічного здоров’я для профілактики та підтримки стабільного емоційного стану. Психологічні консультації дозволяють розібратися з накопиченими емоціями,

вирішити внутрішні конфлікти та підвищити рівень самооцінки. Групова психотерапія або групи підтримки серед колег також можуть стати джерелом допомоги та дозволяють поділитися досвідом, зменшити відчуття самотності та підтримати командний дух.

Ці рекомендації сприятимуть не лише покращенню професійної діяльності рятувальників, а й підтримці їхнього фізичного та психічного здоров’я, що є важливою складовою успішного виконання службових обов'язків у складних та ризикованих умовах.

ВИСНОВКИ

Аналіз наукової літератури з досліджуваної проблеми і результати проведеного емпіричного дослідження дозволяють сформулювати наступні висновки.

Сучасне суспільство вимагає від людини формування таких якостей, які б сприяли ефективності її дій у ризикованих ситуаціях, які аналізуються нею як суб'єктивно небезпечні або яким притаманна невизначеність.

На сьогоднішній день немає єдиного визначення ризику навіть у межах окремої науки, включаючи психологію. Це пов'язано з надзвичайною складністю та багатогранністю самого феномену, бо разом із терміном «ризик» застосовують подібні терміни, зокрема готовність до ризику, схильність до ризику та ризикованість. У психологічній науці ризик трактується як активність людини у ситуації невизначеності, як можлива небезпека неефективного завершення життєвої ситуації, як вибір з кількох альтернатив, як прогностична оцінна категорія у ситуації невизначеності, як дії навмання.

Аналіз літературних джерел щодо проблеми схильності до ризику серед працівників, які діють в екстремальних умовах, виявив недостатню глибину вивчення цього питання. На сьогоднішній день мало досліджені питання впливу схильності до ризику, характерної для працівників аварійно-рятувальних підрозділів, на їхню здатність виконувати обов'язки з ліквідації наслідків аварій, катастроф та інших надзвичайних ситуацій. Також недостатньо вивчено взаємозв'язок між рівнем прийнятного ризику та успішністю працівника на службі.

Сформувавши три групи досліджуваних із різним рівнем самооцінки, ми змогли вивчити особливості схильності до ризику у кожній із досліджуваних груп. Дослідження трьох груп показало, що існують певні відмінності у проявах схильності до ризику рятувальників із різним рівнем самооцінки. Детальніший аналіз загального рівня схильності до ризику та її основних

показників у трьох групах дозволив виявити, за рахунок чого досягається така розбіжність.

Дослідження рівня схильності до ризику свідчить, що середній рівень цієї схильності, виявлений у рятувальників незалежно від їхньої самооцінки, є ознакою їхнього професіоналізму, уміння працювати у команді та виважено підходити до небезпеки.

Результати оцінки готовності до ризикових рішень виявляють суттєві відмінності, які акцентують значення самооцінки в ухваленні ризикованих рішень. Зокрема, рятувальники із середнім рівнем самооцінки демонструють найбільш збалансований підхід: вони мають достатню впевненість у власних силах для швидкого та обґрунтованого реагування під час надзвичайних ситуацій, що допомагає уникати надмірного ризику. Рятувальники з низькою самооцінкою можуть бути схильними до небезпечних дій, зумовлених прагненням до соціального схвалення чи самоствердження, що в кризових умовах може призводити до ризикованих рішень через сумніви у власній компетентності. У рятувальників з високою самооцінкою схильність до ризику є найнижчою.

Дослідження якісних показників схильності до ризику також виявило, що рятувальники з високою самооцінкою демонструють найвищий рівень емоційної впевненості, що дозволяє їм зменшувати рівень тривожності в ризикових ситуаціях, проте це може спричиняти занижену оцінку ризиків. Водночас рятувальники із середньою самооцінкою мають оптимальне поєднання впевненості та обережності, тоді як у рятувальників із низькою самооцінкою спостерігається вища тривожність, що ускладнює процес ухвалення рішень. Формально-динамічні показники свідчать про підвищену потребу ризикувати серед рятувальників із високою самооцінкою, що може бути корисним у кризових умовах, але й несе ризик надмірної самовпевненості. Водночас рятувальники із середнім рівнем самооцінки показують добру здатність до оцінювання ризиків, дозволяючи приймати виважені рішення. Натомість рятувальники з низькою самооцінкою

демонструють обережність, що може обмежувати їхню активність у ризикових ситуаціях.

У рятувальників із високим рівнем самооцінки відзначено чітку негативну кореляцію між загальною самооцінкою та схильністю до ризику, що свідчить про те, що впевненість знижує імпульсивність і ризикованість їхніх дій. Рятувальники із середньою самооцінкою демонструють більше кореляційних зв'язків, зокрема негативну кореляцію між легкістю виникнення ризикових дій та загальною самооцінкою, що вказує на здатність уникати необдуманих рішень завдяки впевненості у своїх силах. Водночас для цієї групи характерні певні труднощі з контролем імпульсів, що може свідчити про необхідність розвитку навичок управління ризиком. Рятувальники з низьким рівнем самооцінки виявили значущі кореляції, зокрема негативний зв'язок між когнітивним компонентом та загальною схильністю до ризику, що підкреслює їхню здатність до більш адекватного оцінювання ризиків. Однак, наявність позитивного зв'язку між когнітивним компонентом та готовністю до ризику вказує, що, попри низьку самооцінку, вони готові діяти в критичних ситуаціях, якщо чітко усвідомлюють можливі наслідки.

На основі отриманих результатів були розроблені психологічні рекомендації для рятувальників, спрямовані на оптимізацію їхньої професійної діяльності в умовах підвищеного ризику, які було презентовано у роботі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абсалямова Л.М. Психологічні особливості розвитку готовності до ризику у підлітковому віці: дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07. - Педагогічна та вікова психології. Харків, 2009. 201с.
2. Андрущенко І.Г. Самооцінка особистості як компонент особистісно-орієнтованого розвитку в юнацькому віці. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. 2016. Випуск 4(49). С. 191-197.
3. Артемов В.Ю., Сингаївська І.В. Особливості процесів прийняття рішень в умовах невизначеності. Вчені записки Університету «КРОК». 2022. №1 (65). С. 149-163.
4. Берегова Н., Шеремет А., Солодовник Г. Теоретичний аналіз впливу тривожності на самооцінку в студентської молоді. Науковий журнал «Психологічні травелоги». 2024. №1. С. 230-238.
5. Білевич Н.О. Роль психологічної готовності до ризику в професійній діяльності жінок-поліцейських. Юридична психологія. 2018. №2 (23). С. 156-170.
6. Бикова С.В. Індивідуально-типологічні особливості схильності до ризику: дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 - Загальна психологія, історія психології. Одеса, 2008. 204 с.
7. Бойко О., Горун Г. Самооцінка як важливий критерій становлення особистості. Вісник Національного університету оборони України. 2023. №72(2). С. 29–34.
8. Василенко М., Козін О. Право в теорії ризиків: ґенеза ризиків від правового до інформаційного складників (інституційний підхід). Юридичний вісник. 2019. №4. С. 43-51.

9. Вдовіченко О.В. Поведінкові прояви особистості ризику у кризі на різних етапах онтогенезу. Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology. 2015. №III (26). С. 79-82.
10. Вдовіченко О.В. Психологічні основи ризику особистості в онтогенезі: дисертація на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – Педагогічна та вікова психологія. Одеса, 2019. 611с.
11. Вдовіченко О.В., Блага О.Б., Педченко О.В. Взаємозв'язок схильності до ризику та мотиваційних особливостей у здобувачів вищої освіти. Науковий вісник Сіверщини. Серія: Освіта. Соціальні та поведінкові науки. 2023. №1 (10). С. 40-51.
12. Вовк Н. Особливості психологічної реабілітації рятувальника в умовах сьогодення. Проблеми психології діяльності в особливих умовах: Матеріали І Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Черкаси, 18 квітня 2023 р.). Черкаси, 2023. С. 113-116.
13. Головська І.Г., Руденко О.О. Взаємозв'язок самооцінки та схильності до порушень харчової поведінки. Габітус. 2021.Випуск 26. С. 76-79.
14. Гросул В.А., Усова М.О. Ризик: сутність, причини виникнення та основні види. Економічний простір. 2021. №176. С. 58-64.
15. Гуцало Е. Від теорії до практики. Завдання з психології до навчально-виховної безвідривної педагогічної практики студентів педагогічного університету: Навчально-методичний посібник. Частина І. Кіровоград, 2012. 167 с.
16. Дем'янчук Ю., Голуб А. Схильність до ризикованої поведінки у юнацькому віці. Психологічні дослідження: наукові праці викладачів та студентів соціально-психологічного факультету / За ред. Ю. Дем'янчук, Н. Портницької, І. Тичини. Житомир, 2022. Випуск 15. С. 8-11.
17. Дембіцька С.В., Кобилянська М. Формування ризик-орієнтованого мислення системних інженерів у процесі фахової підготовки. Педагогіка безпеки. 2017. №2. С. 92-97.

18. Дишкант О.В. Індивідуально-психологічні особливості рятувальників з різними рівнями схильності до ризику. Вісник Одеського національного університету «Психологія». 2015. Том 20. №2(36). Частина 1.
19. Дишкант О.В. Схильність до ризику як особистісне утворення в структурі особистості співробітників МНС. Проблеми екстремальної та кризової психології. Випуск 3. С. 144-151.
20. Казанжи М., Вдовіченко О. Схильність до ризику студентів у співвіднесенні з їх психологічною ресурсністю. Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки». 2021. Випуск 8. С. 66–74.
21. Казанжи М.Й., Вдовіченко О.В., Громик Д.Б. Особливості вираженості ризику у курсантів. Габітус. 2022. Випуск 37. С. 101-105.
22. Калустова Г.В. Особливості копінг-стратегій у співробітників МНС України: дипломна робота бакалавра напряму підготовки 6.030102 - «Психологія». Керівник: докт. психол. н., проф. Кіреєваа З.О. Одеса, 2018.
23. Коваль І. С. Формування професійної готовності майбутніх рятувальників до діяльності в екстремальних умовах: дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.04 – Теорія і методика професійної освіти. Львів, 2017. 304 с.
24. Козерук Ю.В., Євсейчик Я.О. Самооцінка як фактор становлення особистості. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. 2015. Випуск 124. С. 163-165.
25. Кокун О., Пішко І., Лозінська Н., Копаниця О., Герасименко М., Ткаченко В. Збірник методик діагностики лідерських якостей курсантського, сержантського та офіцерського складу: Методичний посібник. Київ, 2012. 433 с.
26. Колесніченко О.С. Психологічна готовність працівників МНС України до професійної діяльності в екстремальних умовах: дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.09. Харків, 2011. 238 с.

27. Корнієнко І. Ризик як елемент життєвого простору особистості: теоретичний контекст. Психологія: реальність і перспективи. Збірник наукових праць РДГУ. 2020. Випуск 15. С. 69-76.
28. Криворучко Т.І. Особливості розуміння самооцінки в сучасній психологічній науці. Медсестринство. 2015. №4. С.19-22.
29. Куташенко М.В. Сутність ризику і причини його виникнення. Інвестиції: практика та досвід. 2009. № 6. С. 45-48.
30. Кучеренко В.Р., Карпов В.А., Карпов А.В. Економічний ризик та методи його вимірювання: Навчальний посібник. Одеса, 2011.
31. Лазос Г.П. Фактори ризику виникнення негативних емоційних станів у волонтерів психологів/психотерапевтів. Актуальні проблеми психології. Том 3. Консультативна психологія і психотерапія. Випуск 13. Вінниця, 2017. С. 130-152.
32. Ларіна Т.О. Ризикування як соціально-психологічна практика життєконструювання особистості. Наукові студії із соціальної та політичної психології. Випуск 32 (35). С. 121-128.
33. Лемак М., Петрище В. Психологу для роботу: діагностичні методики. Ужгород, 2012. 616 с.
34. Монастирьова К.Д. Особливості прояву тривожності серед співробітників ДСНС в умовах воєнного стану: кваліфікаційна робота бакалавра за освітньо-професійною програмою «Психологія» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Керівник: докт. психол. н., професор кафедри психології Гура О.І. Запоріжжя, 2023. 80 с.
35. Мостова І., Кушніренко К. Дослідження самооцінки особистості серед підлітків. Вісник Національного університету оборони України. 2022. №68(4). С. 107-112.
36. Мужанова Н. Схильність до ризику як особистісна особливість військовослужбовців (релігійний аспект). Науковий часопис УДУ імені М. Драгоманова. Серія 12 «Психологічні науки». 2024. Випуск 23(68). С. 90-100.

37. Наконечна О.В., Рудень Д.М., Сопівник Р.В. Регіональні та вікові особливості самооцінки сучасної української молоді. Science and Education. 2017. Issue 6. С. 172-180.
38. Олійник О. Адекватна самооцінка особистості: віковий дискурс. Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології». 2013. №20. С. 475-484.
39. Оніпко З.С. Самооцінка як чинник професійного становлення особистості. Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»). 2022. №8(13). С. 409-419.
40. Оніщенко Н.В., Платонов В.М. Особливості схильності до ризику у майбутніх фахівців ДСНС України. Вісник Національного університету оборони України. 2021. №4 (62). С. 106-113.
41. Папітченко Л. Теоретичний аналіз проблеми значущості самооцінки в структурі гідності особистості. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12 «Психологічні науки». 2020. Випуск 12(57). С. 79-89.
42. Пасічник Н.С., Сидоренко Ю.В. Особливості формування самооцінки в умовах соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників. Габітус. 2020. Випуск 19. С. 181-184.
43. Поканевич О.А. Програма формування психологічної готовності до професійної діяльності майбутніх пожежних-рятувальників. Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. С. 430-441.
44. Приятельчук А.О., Іщенко О.М. Соціально-філософський конструкт суспільства ризику. Вісник Київського національного університету імені Т.Г. Шевченка «Філософія. Політологія». 2011. №104. С. 23-27.
45. Психологічна готовність до ризику військовослужбовців Національної гвардії України: Монографія / О.С. Колесніченко, Я.В. Мацегора, І.І. Приходько та ін. Харків, 2019. 257 с.

46. Пухно С.В. Самооцінка студентів закладів вищої освіти як чинник успішності навчання. Слобожанський науковий вісник. Серія «Психологія». 2023. Випуск 2. С. 35-39.
47. Сафін О., Мась Н. Вплив соціально-психологічних характеристик особистості військовослужбовця на його уявлення про ризик і психологічну готовність до нього. Вісник Київського національного університету імені Т.Г. Шевченка «Військово-спеціальні науки». 2022. №2(50). С. 50-53.
48. Стець В.І., Стець Г.Ю. Ризик як ситуативна характеристика поведінки особистості. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя: Матеріали І Міжнародної науково-практичної конференції / За ред. Кузікової С.Б., Щербакової І.М. та ін. (м. Суми, 19–20 лютого 2015 р.). Суми, 2015. С. 86-89.
49. Тарасюк І.В. Проблеми ризику в професійній діяльності оперативних працівників ОВС. Право і суспільство. 2012. №5. С. 157-160.
50. Теслик Н.М., Солдатенко А.В. Експериментальне дослідження схильності до ризику та самооцінки осіб юнацького віку. Вісник Національного університету оборони України. 2020. №4 (57). С. 111-118.
51. Циба Я. В. Підходи до розуміння поняття «ризик». Ефективна економіка. 2014. № 2.
52. Чаплінська Ю., Казначеєв М. Психологічні особливості сприйняття екологічних ризиків в умовах війни. Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки». 2023. Випуск 16. С. 56-63.
53. Черненко Н.М. Концептуальні засади вивчення ризиків у закладах освіти. Освітологічний дискурс. 2015. № 3 (11). С. 280-287.
54. Шевякова О.В., Дмитрієва К.В. Особливості трансформації самооцінки особистості в сучасному українському суспільстві. Актуальні проблеми юриспруденції та психології: Матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф. (м. Дніпро, 30 вересня 2021р.). Дніпро, 2021. С. 73-75.