https://works.doklad.ru/view/SON5CcU9hO8.html. – Date of access: 11.03.2018

УДК 159.944.4
КУЦ И.М., студент
Научный руководитель **КУЗНЕЦОВА М. В.,** ст. преподаватель
УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины, г. Витебск, Республика Беларусь

АНАЛИЗ СТРЕССОРОВ И ПУТЕЙ МИНИМИЗАЦИИ ПОСЛЕДСТВИЙ ИХ ВОЗДЕЙСТВИЯ В ВЕТЕРИНАРНОЙ ПРОФЕССИИ

Введение. В статистике средней продолжительности жизни представители помогающих профессий (врачи, педагоги, социальные работники и т. д.) живут в среднем на 10 лет меньше, чем другие. Освещение информации о формах защиты от стрессов в ветеринарии несёт практическую пользу для студентов, выбравших для себя эту профессию. Полученные данные дадут возможность избежать столкновения с негативными последствиями от долговременного воздействия стрессовых ситуаций и помогут предупредить профессиональное выгорание и использование неконструктивных методов для борьбы с последствиями.

Материалы и методы исследований. Анализ публикаций, литературных источников (в частности, Дж. Хэрриот «О всех созданиях– больших и малых», «Собачьи истории», «Кошачьи истории») [1]; анкетирование практикующих ветеринарных врачей с целью выявления наиболее распространённых стрессоров, меру их воздействия, методы противодействия. В исследовании принимали участие 25 врачей ветеринарной медицины, находящихся на переподготовке в УО ВГАВМ.

Результаты исследований. Профессия ветеринарного врача подразумевает частое столкновение со стрессовыми ситуациями. Стресс – неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование, который помогает ему приспособиться к возникшей трудности, справиться с ней [3]. При этом, выступит та или иная ситуация причиной стресса или нет, зависит не только от внешних факторов, но и от психологических особенностей личности – темперамента (активность/пассивность), ожиданий, уверенности в себе, личного опыта успешности в удовлетворении базисных потребностей (в свободе и автономии, в успехе и эффективности, в безопасности, в признании и самоопределении) [2]. В проведенном нами исследовании 68% респондентов указали на наличие стрессовых ситуаций в жизни, связанных с профессиональной деятельностью.

Изучением стрессоров в деятельности ветеринарных врачей занималась доктор Д. Гарднер (университет Масси, Новая Зеландия) [4]. Полученные данные указывают на наличие объективных и субъективных факторов стресса. В результате анализа данных анкетирования, проведенного среди врачей ветеринарной медицины в УО ВГАВМ и исследований, проведённых доктором Д. Гарднер, можно выделить порядка шести основных источников стресса:

1. Рабочая нагрузка – ненормированный график, чрезмерные задачи, ночные вызовы и т. д.
2. Проблемы с владельцами животных – необоснованные требования, плохая дисциплина домашних животных, необходимость брать на себя оказание «первой психологической помощи» в случае утраты клиентом питомца.
3. Межличностные отношения – проблемы с персоналом, отсутствие поддержки, ошибки и т. д.
4. Неудовлетворительные результаты работы – неудачные, сложные случаи.
5. Рабочие ограничения – бюрократические проволочки, плохие условия рабочего места, некачественное оборудование, недостаточность необходимых материалов и т. д.

РЕПОЗИТОРИЙ УО ВГАВМ

6. Другие стрессы, связанные с погодными условиями, незапланированными командировками, риском судебных разбирательств, сложностью баланса между работой и личной жизнью и т. д.

При таком количестве негативно воздействующих факторов, стрессоустойчивость – является одним из важных качеств, которым должен обладать представитель профессии ветеринарного врача. Чтобы не впасть в состояние депрессии и не разочароваться в профессии, нужно чётко соблюдать равновесие между эмпатией и безразличием. Чрезмерная чувствительность приведёт к потере себя, чрезмерная чёрствость и перешедший грани цинизм – к потере профессии, как виду деятельности, не приносящему больше морального удовлетворения. Цель развития стрессоустойчивости – выживание в социуме, а не противопоставление себя ему. Набор механизмов защиты сугубо индивидуален и характеризуется адаптивностью личности. Следует помнить, что любой выбранный механизм защиты от стрессов – это всегда «щит», который в большей или меньшей степени заслоняет часть реальности от человека. Таким образом, защита всегда влечёт за собой некоторую искаженность восприятия мира. И от того, каким механизмом человек решит воспользоваться, будет зависеть объективность восприятия им реальности.

В современной научной литературе описывается более 50 разновидностей психологических защит. А. Лабори в своей книге «Похвала бегству» свёл их к трём: борьба, пассивность и бегство [5]. Как правило, выбор осуществляется бессознательно, но зная плюсы и минусы того или иного подхода, можно применить наиболее оптимальный вариант.

1. Борьба – самая естественная и самая здоровая реакция. Организм не терпит психосоматического ущерба. Полученный удар трансформируется в ответный удар. Минусы – человек входит в круг постоянной агрессии, и, в конце концов, встречается с чем-то, что сильнее его.

2. Пассивность: отрицание и подавление – эти механизмы способны сдержать действие стресса недолговременно, потому как, прибегая к выбору данной защиты, человек получает в ответ нанесенный себе же удар, который хотелось бы адресовать противнику. Выбор данной стратегии поведения чреват появлением психосоматических заболеваний.

3. Бегство является наиболее продуктивной формой психологической защиты. Среди самых оптимальных форм бегства можно выделить следующие виды:

3.1. Интеллектуализация – абстрагирование от своих чувств, реакция избегания эмоциональных переживаний. Минус состоит в том, что этот метод обедняет разнообразие вариантов, блокирует творческое приспособление.

3.2. Сублимация – как снятие внутреннего напряжения, использование перенаправления энергии на достижение результатов в социально-приемлемых целях (спорт, искусство, религия и т. д.)

3.3. Альтруизм – в длительной перспективе образовывает больше преимуществ, нежели на него было затрачено усилий. В каждом альтруистическом действии есть доля эгоизма.

3.4. Юмор – одна из форм зрелой психологической защиты личности. Многие исследования показали, что особенность юмора состоит в автоматическом преобразовании чувств. Локализация юмора в предсознании делает его непохожим на классические виды защитных механизмов.

По сути, юмор преследует те же цели, что и любая психологическая защита – предупреждение возникновения неудовольствия из внутренних источников, снятие тревоги. Однако, он не скрывает содержания представлений, связанных с мучительным аффектом от сознательного внимания и не подвергается подавлению со стороны сознательного мышления. Юмор становится одной из форм самоутверждения личности.

Заключение. Итак, по результатам проведенного исследования, к основным стрессорам в профессии ветеринарного врача следует отнести объективные факторы, связанные с профессиональной деятельностью; коммуникативные факторы- проблемы с владельцами животных; межличностные отношения с коллегами в профессиональной деятельности; неудовлетворительные результаты работы. Протекание стресса зависит от психологических

РЕПОЗИТОРИЙ УО ВГАВМ

особенностей личности, его темперамента, характера, направленности, опыта.

Повышение психологической культуры врачей ветеринарной медицины может способствовать повышению стрессоустойчивости современных специалистов. Знание способов управления своими эмоциями может помочь врачам ветеринарной медицины справляться с деструктивными последствиями воздействия стрессов.

Литература. *1. Вербер, Б. Новая энциклопедия Относительного и Абсолютного знания» / изд. Рипол Классик ; Москва, 2015 – 592 с. 2. Майерс, Д. Психология / Д. Майерс; пер. с англ. И.А. Карпиков, В.А. Старовойтова. - 2-е изд. - Мн.: "Попурри", 2006. – 848 с. 3. Селье, Г. Стресс без дистресса [Текст]:. М : Прогресс, 1979. - 124 с. 4. Kinsella, Martina Anne Stress in the Veterinary Profession / Martina Anne Kinsella // World Small Animal Veterinary Association World Congress Proceeding. – Ireland, 2008. 5 Лабори, А. Похвала бегству [Электронный ресурс]. – 2016. – Режим доступа: https://soundation.com/user/pokhvala-begstvu-biolog-anri. - Дата доступа: 10.04.2018.*

УДК 392.3

ЛЕВАНДОВСКАЯ Н. В., студент
Научный руководитель **ЧИКИНДИН М.А.,** ст. преподаватель
УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины»,
г. Витебск, Республика Беларусь

СВАДЕБНЫЙ ОБРЯД В КАЗАХСТАНЕ

Введение. Культура любого народа содержит в себе мудрость предков, которая органично сочетается в обычаях, традициях, ритуалах и передается на протяжении жизни многих поколений. Одним из самых важных и значимых ритуалов в жизни казахов является свадьба. Свадьба – это ритуал, основной целью которого является закрепление брачного союза мужчины и женщины путем создания новой молодой семьи с последующим рождением, воспитанием и социализацией детей. Свадьба с многочисленными обрядами и традициями занимает видное место в культуре каждого народа. Соединение двух любящих сердец законными узами — это не только религиозное, но и социальное явление, в которое вовлечены родители молодых, родственники, друзья.

Материалы и методы исследований. В ходе проведения исследования был использован библиографический метод и метод активного опроса, направленный на сбор необходимого фольклорного материала.

Результаты исследований. В Казахстане запрещено вступать в брак родственникам до седьмого колена. Эти запреты направлены на предупреждение кровосмешения. Поэтому казахи всегда помнят свою родословную минимум до седьмого поколения и чтят свое генеалогическое древо. По традиции запрещено создавать неравный брак. Жених и невеста должны быть из одного социального слоя, иметь схожий уровень доходов и уровень образования. Также устанавливается разница в возрасте: жених не должен быть старше невесты более чем на 25 лет, а женщина – более чем на 8 лет. Сейчас данные ограничения возрастной разницы сохраняются в сельской местности. Вступать в брак можно по достижению совершеннолетия, которое в Казахстане наступает в 18 лет. Достаточно распространенными являются и ранние браки, которые можно заключать с разрешения имама. Многоженство является запрещенным, но по закону не преследуется. Невеста должна быть из почитаемой и уважаемой семьи и ее выбор должен быть одобрен родителями жениха. Основная форма брака в Казахстане – калымный брак. Жених обязан выплатить за невесту калым. Особенно данный обычай имеет место в сельской местности. Калым обычно имеет натуральное выражение в виде табунов лошадей. В зависимости от уровня богатства и доходов семей он может варьироваться от 17 до 77 голов скота.

Сам свадебный обряд начинается с прощания невесты с отчим домом. В этот день се-

РЕПОЗИТОРИЙ УО ВГАВМ