

РОЛЬ РЕЗИЛІЄНТНОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ФАРМАЦЕВТИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

Тетерич Н. В., Луцишин М. В., Дядюн Т. В.

Кафедра організації, економіки та управління фармацією

Інститут підвищення кваліфікації спеціалістів фармації

Національного фармацевтичного університету

м. Харків, Україна

natalititi@ukr.net

Вступ. Наразі психологічна стійкість сучасних фармацевтичних працівників, професійна діяльність яких характеризується підвищеною відповідальністю через свою соціальну направленість, піддається додатковому щоденному навантаженню через велику кількість дестабілізуючих психічних факторів, спричинених військовими діями в Україні та які зрештою негативно впливають на їх ментальне здоров'я.

Саме тому пошук оптимальних шляхів підвищення психологічної стійкості (резильєнтності) сучасних фармацевтичних працівників постає одним із пріоритетних напрямків досліджень, направлених на пошук дієвих інструментів впливу із негативними факторами стресу і підвищеної тривожності, що сприятиме підвищення якості психологічного, і, як наслідок, фізичного здоров'я фахівців, та позитивно позначатиметься на якості фармацевтичної допомоги у цілому.

Мета дослідження. Проаналізувати провідні чинники, що характеризують резилієнтність фармацевтичних працівників та обґрунтувати основні напрямки щодо її підвищення.

Методи дослідження. Основними методами нашого дослідження виступили аналіз і синтез літературних джерел і наукових публікацій, присвячених аналізу показників, які обумовлюють та характеризують резилієнтність, а також систематизація та узагальнення отриманих даних.

Результати дослідження. До резилієнтності (психологічної стійкості, психологічної пружності, стресостійкості) відносять здатність суб'єкта

ефективно справлятися з життєвими викликами та відновлюватися після стресових подій.

Для професійної діяльності сучасного фармацевтичного працівника України резилієнтність виступає одним із ключових показників їх психологічного здоров'я. Належний рівень резилієнтності позитивним чином позначається на якості міжособистісної взаємодії фармацевтів з оточуючими, допомагаючи їм відновити втрачену ресурсність через безліч дестабілізуючих факторів сьогодення, таких, як: хронічні стреси та підвищена тривожність через військові дії на території країни, зростаюча економічна криза та ін. Зазначені негативні фактори часто спричиняють виникнення у фахівців психологічного виснаження, розпачу та втрати внутрішнього сенсу життя. Окрім цього, частими проявами емоційної нестабільності виступають панічні атаки, депресії, виникнення почуття провини, що зрештою негативним чином позначається на якості фармацевтичної допомоги.

Саме тому підвищення резилієнтності фармацевтичних працівників сприяє не лише швидкому поверненню до належного емоційного стану, а і допомагає їм підтримувати втрачену ресурсність людей, які їх оточують: близьким людям, колегам, керівництву, а також клієнтам аптеки.

Слід відмітити, що в якості риси або здатності особистості резилієнтність постає складним, багатовимірним і динамічним комплексом особливостей індивідуума, що забезпечують гнучкість його когнітивних, поведінкових та емоційних відповідей на екстремальні та кризові події, які супроводжуються гострими або хронічними стресами, що зрештою призводить до значного підвищення рівня адаптивності та спонукає до особистісного зростання через набутий життєвий досвід.

Отже, в ході подолання стресових подій належний рівень резилієнтності фармацевтів сприяє належному функціонуванню їх психіки, допомагає здобути якісно нові риси особистості, які дозволять більш ефективно поводитись в схожих робочих та життєвих ситуаціях в майбутньому та в цілому характеризує особистісні якості, які дають змогу подальшого особистісного зростання перед невдачами. При цьому маємо відмітити, що резилієнтність не визначається лише

рисами особистості, а включає у своїй структурі її увагу, мислення і поведінку, що свідчить про можливість розвитку здатності до психологічної стійкості.

Таким чином, резилієнтність можна і треба розвивати, оскільки кожен суб'єкт здатний засвоїти та виробити відповідні особистісні навички, які допоможуть йому краще справлятися із труднощами.

Аналіз літературних джерел, та наукових праць, присвячених вивченню проблем резилієнтності дозволяє виділити найбільш ключові фактори, які сприятимуть особистісному зростанню даного показника та які є наступними: доброзичливе відношення до себе та власних здібностей, тобто позитивна оцінка власної особистості; здатність розробляти реалістичні життєві та професійні цілі та плани щодо їх досягнення та мати стратегію для їх втілення; протягом всієї професійної кар'єри розвивати комунікативну компетентність, зокрема здатність до асертивності, що допоможе відстояти власні інтереси, почуття і думки та зберегти психологічне здоров'я, не порушуючи при цьому почуттів, прав та гідності інших людей.

Не менш важливим фактором, який зумовлятиме належний рівень і підтримку резилієнтності, є життя у відповідності із власними моральними нормами і цінностями. Окрім цього, не менш важливими змістовими достатнього рівня психологічної стійкості також є розвиток фахівцем особистісної системи підтримки, розвиток здатності знаходити оптимальні і конструктивні підходи до вирішувати проблем, а також плекання надії на світле майбутнє.

Висновки. Таким чином, результати проведеного дослідження дозволяють виділити декілька ключових напрямків, які сприяють розвитку резилієнтності фармацевтичних працівників: вірити в себе і власні сили; ставити досяжні життєві плани та стратегії щодо їх реалізації, що допомагатиме знаходити внутрішні резерви в складних ситуаціях; удосконалювати комунікативну компетентність, що стане ефективним інструментом при вирішенні конфліктів.