

## МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СОТРУДНИКОВ АВИАКОМПАНИИ В УСЛОВИЯХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, СВЯЗАННОЙ С ПОВЫШЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

Косарева Анастасия  
Ташкентский международный университет KIMYO  
(KIMYO International University in Tashkent)  
Магистрант направления «Социальная психология»  
г. Ташкент, Республика Узбекистан.  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.18375052>

**Аннотация:** В современных авиационных компаниях сотрудники постоянно находятся под влиянием множества стрессогенов: высокой ответственности за безопасность пассажиров, интенсивного ритма работы, нерегулярных графиков, а также давления со стороны профессионального и организационного окружения. В результате такие условия могут оказывать значительное влияние на их психологическое здоровье, проявляясь в повышенной тревоге, эмоциональном истощении и снижении общего субъективного благополучия. Исследование механизмов формирования психологического здоровья в подобных условиях позволяет определить ключевые факторы, способствующие устойчивости и адаптации персонала, а также разработать эффективные методы психологической поддержки и профилактики стрессовых реакций. Особое внимание уделяется роли социальных ресурсов поддержки, психологических стратегий совладания и личностных ресурсов (например, самооценки и психологической устойчивости) в обеспечении психического благополучия авиационных работников.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье, профессиональная деятельность, авиационная компания, стресс и адаптация, социальная поддержка, тревожность и благополучие, устойчивость к стрессу

Современное развитие гражданской авиации сопровождается постоянным ростом требований к уровню безопасности полётов, что существенно повышает профессиональную ответственность сотрудников авиакомпаний. Деятельность летного состава, бортпроводников, диспетчеров и инженерно-технического персонала связана с необходимостью длительной концентрации внимания, оперативного принятия решений в условиях дефицита времени и высокой цены ошибки. В этих условиях особую значимость приобретает проблема психологического здоровья авиационного персонала, поскольку его нарушение может привести к снижению эффективности профессиональной деятельности и увеличению рисков, связанных с человеческим фактором.

Значимость данной проблемы обусловлена тем, что профессиональная деятельность в авиационной сфере протекает в условиях выраженной психоэмоциональной нагрузки, сменного графика работы, перелётов через различные часовые пояса, нарушения биоритмов и ограниченных возможностей полноценного восстановления. Эмпирические исследования показывают, что у сотрудников авиакомпаний нередко наблюдаются хроническая усталость, эмоциональное выгорание, снижение стрессоустойчивости и когнитивных ресурсов. Эти факторы негативно отражаются не только на психологическом благополучии персонала, но и на

надёжности профессиональной деятельности в целом, что делает проблему психологического здоровья не частным вопросом, а важным компонентом системы авиационной безопасности.

Объектом настоящего исследования является психологическое здоровье сотрудников авиакомпаний, осуществляющих профессиональную деятельность в условиях повышенной ответственности за безопасность полётов и жизни пассажиров.

Предметом исследования выступают механизмы формирования, поддержания и коррекции психологического здоровья авиационного персонала, включающие индивидуально-психологические,

психофизиологические, организационные и нормативные факторы профессиональной деятельности.

Целью исследования является выявление и научное обоснование психологических механизмов формирования психологического здоровья сотрудников авиакомпаний, а также разработка теоретических и практических подходов к его поддержанию в условиях высокой профессиональной ответственности.

Научная новизна исследования заключается в системном рассмотрении психологического здоровья авиационного персонала как многоуровневого образования, формирующегося в результате взаимодействия индивидуальных ресурсов личности, особенностей профессиональной среды и организационно-нормативных условий деятельности. Впервые предполагается выделение и описание совокупности психологических механизмов, обеспечивающих устойчивость психоэмоционального состояния сотрудников авиакомпаний в условиях повышенной ответственности, а также уточнение роли психологического сопровождения и профилактики профессионального стресса в системе обеспечения авиационной безопасности.

Практическая значимость исследования определяется возможностью использования полученных результатов при совершенствовании системы профессионального психологического отбора, мониторинга психического состояния и профилактики утомления и эмоционального выгорания авиационного персонала. Разработанные положения могут быть внедрены в практику работы психологических служб авиакомпаний, а также использованы при подготовке и повышении квалификации специалистов, чья профессиональная деятельность связана с обеспечением безопасности полётов.

В заключение обосновывается вывод о том, что психологическое здоровье сотрудников авиакомпаний выступает ключевым ресурсом надёжности профессиональной деятельности и важнейшим фактором авиационной безопасности. Его формирование и поддержание требуют комплексного системного подхода, включающего психологический отбор, регулярный мониторинг психического состояния, профилактику профессионального стресса и создание благоприятных организационных условий труда, что приобретает особую актуальность в условиях интеграции национальной авиационной отрасли в международную систему гражданской авиации.

### **Adabiyotlar, References, Литературы:**

1. Tsismalidou, G. K., & Kondilis, B. K. The Effects of Stress and Fatigue on Levels of Anxiety

in Pilots: An Aviation Industry Sample. *Journal of Organizational Psychology*, 2025, Vol. 24, No. 2, pp. ... DOI: 10.33423/jop.v24i2.7084. Исследование влияния профессионального стресса и усталости на уровень тревожности пилотов коммерческих авиакомпаний и их психологическое благополучие.

2. The role of psychological stress in the subjective well-being of aviation ground crews: mediating effects of social support and self-esteem. *BMC Public Health*, 2025, 25:24406-4. Анализ влияния психологического стресса на субъективное благополучие наземных служб авиации с учётом медирующих ролей социальной поддержки и самооценки