

18. Стародубцев А. А. Професійна підготовка працівників ОВС у вищих навчальних закладах МВС України / А. А. Стародубцев // Форум права. – 2011. – № 4. – С. 704–710.

19. Титаренко Т. М. Життєві домагання особистості: феноменологічний та структурно-функціональний підходи / Т. М. Титаренко // Психологія і суспільство. – 2004. – №4. – С. 128–145.

20. Черемних К. О. Життєві домагання як чинник професійного самоздійснення особистості / К. О. Черемних // Наукові студії із соціальної та політичної психології – К. : Міленіум, 2006. – Вип. 13 (16). – С. 33–42.

УДК: 159.95; 331;613.

Назаренко І.І., здобувач, науковий співробітник Державного закладу «Український науково-практичний центр екстреної медичної допомоги та медицини катастроф МОЗ України», м. Київ.

ФОРМУВАННЯ ФРУСТРАЦІЙНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ У РЯТУВАЛЬНИКІВ У СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

У статті проаналізовано особливості професійно-психологічної підготовки рятувальників, її вплив на формування психологічної та професійної готовності, фрустраційної толерантності фахівців до стресорного впливу НС.

Ключові слова: рятувальник, професійно-психологічна підготовка, домедична допомога, фрустраційна толерантність, парамедик.

В статті проаналізовані особливості професійно-психологічної підготовки рятувальників, її вплив на формування психологічної та професійної готовності, фрустраційної толерантності фахівців до стресорного впливу НС.

Ключевые слова: спасатель, профессионально-психологическая подготовка, доврачебная помощь, фрустрационная толерантность, парамедик.

Постановка проблеми. Особливості демографічних та екологічних процесів, негативні тенденції розвитку сучасного суспільства впливають на збільшення кількості масштабних катастроф, виникнення яких, як правило, є непередбачуваним і неочікуваним, швидкоплинним і збитковим, та відрізняється наявністю чинників сильного психологічного впливу на людину. Катастрофи забирають життя людей, завдають значної шкоди та втрат економіці країн, природному середовищу, руйнують те, що було надбано і створено людством тисячоліттями. Внаслідок виникнення надзвичайних ситуацій (НС) кожного року гине близько трьох мільйонів чоловік, а матеріальні збитки становлять від 50 до 100 мільйонів доларів [1].

При цьому спостерігається збільшення кількості людей, які мимоволі задіяні в екстремальній ситуації, а також тих, професійна діяльність яких пов'язана з ліквідацією наслідків катастроф (пожежних, рятувальників, медичних працівників, військових спеціалістів та ін.). Все це потребує системних удосконалень і перетворень у системі підготовки зазначених категорій фахів-

ців до їх діяльності в екстремальних умовах НС та формування у них фрустраційної толерантності до негативних чинників професійного стресу.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Поведінка будь-якої людини при виникненні надзвичайної ситуації спрямована на забезпечення особистої безпеки і безпеки життєдіяльності оточуючих, залежить від декількох факторів: внутрішньої готовності до подібних екстремальних ситуацій, знань, навичок та вмінь, які дозволяють успішно діяти в них (Бодров, Леонова, Ле Бланк – 2000). Немає таких екстремальних ситуацій, в яких підготовленість людини не відігравала б головної ролі для її особистої безпеки. Бути підготовленим до всього в житті недостатньо, важливо бути ще й особливо підготовленим до екстремальних ситуацій, враховуючи їх великі вимоги до людини і ті неприємні, тяжкі, а іноді й трагічні наслідки, які стають майже неминучими за недостатньої підготовленості до них (А.Столяренко та ін., 2004).

Праця рятувальників, які здебільшого одними з перших можуть опинитися в зоні НС для виконання аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт, характеризується високим рівнем відповідальності й дією значної кількості психотравмуючих факторів, негативними емоційними впливами, високою відповідальністю при прийомі важливих рішень, необхідністю підтримки інтенсивності і концентрації уваги у процесі роботи, зростанням темпів діяльності, дефіцитом часу. Такі умови праці притаманні: космонавтам, льотчикам, морякам, танкістам, пожежним, піротехнікам, машиністам локомотивів, шахтарям тощо.

Вченими вітчизняної та зарубіжної психології були досліджені особливості діяльності фахівців цих професій: В. Лебедев, (1989) стосовно особливостей професійної діяльності космонавтів, льотчиків, полярників, підводників; М. Корольчук, (1996) стосовно психофізіології корабельних спеціалістів в екстремальних умовах; Г. Грибенюк (1997) – щодо діяльності спеціалістів пожежної безпеки; О. Тімченко (1997) – щодо поведінки й діяльності військовослужбовців в екстремальних умовах на прикладі аварії на ЧАЕС; П. Криворучко (1998) – стосовно спеціалістів операторського профілю надводних кораблів; В. Крайнюк (1999) – щодо готовності до служби юнаків призовного віку; О. Блінов (1999) – щодо військовослужбовців аеромобільних військ під час парашутно-десантної підготовки; В. Шевченко (2001) – щодо психофізіологічного забезпечення спеціальних підрозділів в екстремальних умовах бойової діяльності; В. Осьодло (2001) – стосовно стійкості до професійного стресу фахівців операторського профілю та професійного становлення офіцера у процесі професіогенезу (2013); С. Миронець (2007) – стосовно регуляції негативних психічних станів і реакцій у фахівців екстремальних професій, зокрема рятувальників; О. Зарічанський (2009) – формування системи різнорівневої психолого – педагогічної підготовки особового складу підрозділів з НС); М. Козяр (2009) – досліджував складові екстремальної підготовленості фахівців; О. Колесніченко (2009) – приділив увагу формуванню емоційного компонента психологічної підготовки та ін.

Водночас аналіз наукових праць та літературних джерел дає нам підстави стверджувати про відсутність досліджень, які б були присвячені системі підготовки фахівця до життєдіяльності в екстремальних умовах життєдіяльності,

формування у них професійної толерантності до негативних чинників професійного стресу, на етапі надання першої невідкладної (долікарської) допомоги постраждалим внаслідок НС, що й визначило мету написання даної статті.

Отже **мета** статті полягає у визначенні особливостей професійно-психологічної підготовки, спрямованої на навчання методам контролю і нейтралізації негативних психічних станів (реакцій), формування емоційного компонента – фрустраційної толерантності рятувальників у системі професійно-психологічної підготовки на етапі першої долікарської допомоги постраждалим.

Виклад основного матеріалу. Від якості сформованості особистої професійно-психологічної готовності фахівця залежить результат виконання завдання, мобілізація психічних, психофізіологічних та фізичних можливостей та нівелювання негативних змін психіки в екстремальних умовах.

Погляди на проблему цілеспрямованої професійно-психологічної підготовки фахівців екстремального профілю діяльності знайшли відображення у працях: М. Варій (2005), Г. Воробйова (2012), І. Грязнова (2006), С. Дякова (2010), В. Лебедєва (1989, 2001); М. Макаренко (1992, 1995,); М. Корольчук (1986, 1997); В. Осьодло (2013); Я. Зарія (2005); О. Зарічанського (2009), К. Кім (2008), С. Рогачова (2001), О. Макаревича (2008), О. Колесніченка (2009), М. Козяр (2009), О. Тімченка (2009) та ін.

Аналізуючи зазначені праці, маємо можливість зробити висновок, що серед сучасних підходів в системі формування психологічної готовності фахівців прослідковуються дві концепції щодо розуміння поняття «професійно-психологічна підготовка».

Перша – цей термін позначає, як самостійний вид підготовки, який існує нарівні з оперативною, фізичною, тактичною, вогневою, медичною тощо. Друга – професійно-психологічна підготовка фахівця включає навчання навичок, управління психікою і вони нерозривно пов'язані між собою.

Професійно-психологічна підготовка, за визначенням Г. Нікіфорова, (1993) є особливим видом діяльності, основаним на засвоєнні фахівцем суспільного досвіду і формуванні на цій базі психологічної системи діяльності особисто того хто навчається, в цілому.

У самому загальному, спрощеному схематичному вигляді професійна підготовка може бути представлена у вигляді декількох етапів:

1). теоретичне навчання; 2). практичне навчання (тренажерна підготовка; 3). оцінка професійної підготовленості до діяльності.

Вона спрямована на формування високої емоційно-вольової стійкості, тобто здатності до збереження саморегуляції, стійкості до негативних емоцій та переживань (страху), які можуть переслідувати професіонала в екстремальних ситуаціях, готовності до рішучих поодиноких та колективних дій [1].

Цілеспрямована професійно-психологічна підготовка проводиться в інтересах адаптації психіки спеціаліста, готовності до умов виконання конкретного професійного завдання. Її результатом є готовність до безпомилкових, ефективних дій в умовах професійного стресу та ризику з мінімальними втратами адаптивних ресурсів, що виявляються в “ціні” адаптації [5]. Слід зазначити, що у процесі цілеспрямованої психологічної підготовки формуються необхідні

професійні якості, навички управління індивідом своїми функціональними станами та розвиваються індивідуальні адаптивні властивості особистості.

В опрацьованих нами літературних джерелах за темою дослідження були висвітлені сучасні методи та психологічні прийоми професійно-психологічної підготовки, які використовуються для формування й удосконалення психологічної готовності у процесі навчання:

- ідеомоторні та аутогенні – В. Глушко, Н. Ключев; тренінги – Е. Катаєв, Г. Бондар, Т. Антоненко, Ж. Жаданова. Є. Горбатова;
- візуальні техніки – Л. Пуні; імітація смуги перешкод – Н. Козяр, Р. Сірко; імітаційні засоби факторів екстремальних ситуацій – О. Тищенко;
- лекції, бесіди, викликаний сон – Н. Корольчук, В. Крайнюк;
- засоби моделювання – О. Колесніченко; застосування макетів та стендів – С. Дяков;
- метод пілот-проекту – Р. Поращук, В. Зелений;
- віртуальне моделювання – Є. Сарафанюк;
- методи психічної регуляції – А. Лабезний; аутогенне тренування – О. Фармагей; застосування засобів мас-медіа – І. Гуріненко;
- електронні засоби навчання – С. Псьол; метод критичних ситуацій – Є. Осинський.

Однак на сьогоднішній день не було проведено аналізу психологічних досліджень, спрямованих на вивчення методології та практики системи професійно-психологічної підготовки, її впливу на формування психологічної та професійної готовності, фрустраційної толерантності рятувальників до негативного впливу стресу в процесі їх професійній діяльності.

Проведений нами контент-аналіз нормативно-правової та законодавчої бази дав нам можливість зробити висновки про серйозні проблеми в системі підготовки фахівців екстремальних професій, а головне – про наявність певної містечковості, яка базується на відсутності єдиних принципів і підходів щодо підготовки фахівців даної категорії.

Нині система підготовки фахівців даної категорії та окремі сегменти її регулювання відображені у більше ніж десяти Законах України, основними з яких є: Закон України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» від 19.11.1992 р. № 2801; Кодекс Цивільного Захисту України від 2 жовтня 2012 р. № 5403-VI; Закон України «Про освіту» від 23 травня 1991 р. №1060-XII; Закон України «Про професійно-технічну освіту» від 10.02.1998 р. №103/98; Закон України «Про професійний розвиток працівників» від 12.01.2012 р. № 4312-VI.; Закон України «Про екстрену медичну допомогу» від 5 липня 2012 р. № 5081-VI; Закон України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» від 19 листопада 1992 р. № 2801-XII; Закон України «Про охорону праці» 1992 р., № 49, ст. 668; Закон України «Про дорожній рух» 1993р., № 31, ст. 338. та ін.

Галузева система підготовки кадрів додатково регламентується деякими указами Президента України, постановами Кабінету Міністрів України та багатьма відомчими документами, які не завжди відповідають загальним концептуальним засадам Українського характеру, інколи дублюються та ін. Серед основних, які заслуговують, на нашу думку, на серйозну увагу є:

Укази Президента України: Указ Президента України «Про Концепцію захисту населення і територій у разі загрози та виникнення надзвичайних ситуацій» від 26 березня 1999 № 284; Указ Президента України від 16 січня 2013 №20 «Положення про Державну службу України з надзвичайних ситуацій»; Указ Президента України від 17.06.2008 № 556 «Про невідкладні заходи із забезпечення безпеки дорожнього руху»; Указ Президента України від 26 червня 2008 № 590 «Про стан функціонування єдиної державної системи запобігання та реагування на надзвичайні ситуації техногенного та природного характеру».

Постанови Кабінету Міністрів України: Постанова Кабінету Міністрів України від 26 липня 2001 № 874; від 21 листопада 2012 р. №1115; від 21 листопада 2012 р. № 1116; від 21 листопада 2012 р. № 1121; від 9 грудня 1997 р. №1379; від 27 серпня 2010 р. № 787; від 5 листопада 2007 р. № 1290; від 15 лютого 2002 р. № 174; від 7 липня 1995 р. № 501; Розпорядження Кабінету Міністрів України від 11 лютого 2009 р. № 138-р; від 12 жовтня 2001р. №1334; від 8.02.2012 р. № 84.

Накази МНС України: від 01.09.2009 р. № 601; від 13.03.2012 р. № 575; від 01.07.2009 р. № 444; від 13.10.2004 р. № 115; від 05.08.2004 р. № 10; від 27.11.2003 р. № 455; від 13.08.2012 р. № 1107; від 27.08.2012 р. № 1143; від 17.10.2012 р. № 1260; від 16.12.2011 р. № 1342; від 2 .08. 2011 р. № 785; від 1.03.2010 р. № 122; від 30.08.2010р. № 714; від 01.12. 2009 р. № 808; від 12.12. 2012 р. № 1411; від 01.08.2013 р. № 507; від 22.03.2013 р. № 92.

Накази МОЗ України: від 01.06.2009 р. № 370 «Про єдину систему надання екстреної медичної допомоги»; від 26.10.2001р. № 429 «Про затвердження Примірного статуту територіального центру екстреної медичної допомоги»; від 18.03.2005 р. № 120 «Про організацію навчання медичних та немедичних працівників з надання медичної допомоги в екстремальних ситуаціях»; від 02.03.2009 р. № 132 «Про організацію навчання окремих категорій немедичних працівників навичкам надання першої невідкладної медичної допомоги»; від 19.11.2009 р. №833 «Про удосконалення системи підготовки з надання першої невідкладної медичної допомоги»; Національний класифікатор України «Класифікатор професій ДК 003: 2005» (2005 р.).

Психологічна підготовка спеціалістів рятувальної служби включає навчання формуванню стану психологічної готовності шляхом спеціальних тренувань, на яких здійснюється розвиток емоційно-вольової сфери особистості, мобілізується психіка на подолання можливих труднощів службової діяльності у надзвичайних умовах праці, вдосконалюються навички та надійно закріплюються алгоритми дій при надзвичайній ситуації в умовах проведення аварійно-рятувальних робіт. Те, що буде упущено при підготовці, при реальному перебуванні рятувальника в екстремальній ситуації стане фактом психогенного ризику, набуде характеру несподіванки, раптовості, лясних складнощів, розгубленості, порушення внутрішньої рівноваги [6].

Одним із принципів діяльності рятувальних підрозділів є постійна готовність до оперативного реагування на надзвичайні ситуації та проведення робіт з їх ліквідації. Рятувальники в багатьох випадках залишаються останньою надією для постраждалих у можливості отримання необхідної допомоги. Від того,

як швидко й оперативно буде надано допомогу людям, які зазнали дії небезпечних для здоров'я факторів надзвичайної ситуації, наскільки професійно вміло спрацюють рятувальники, залежить життя та майбутнє людей, які потребують допомоги. Джерела вітчизняних та зарубіжних досліджень наголошують на тому, що професійна діяльність рятувальників у зоні надзвичайної ситуації по впливу на них стрес-факторів займає перше місце в переліку 35 найбільш типових спеціальностей та оцінюється в 9,9 бала за 10-бальною шкалою.

Далеко не кожен індивідуум здатний холоднокровно, безкомпромісно і професійно грамотно діяти у край напруженій обстановці, в якій іноді й однієї жаринки достатньо для величезного смертельного вибуху. Ефективне вирішення покладених на них завдань в екстремальних умовах роботи стало повсякденним обов'язком і нормою, в цій професії не місце випадковим людям, це має бути – покликання.

Водночас досвід вказує на те, що навіть до 25-30% рятувальників, які прибувають у зону надзвичайної ситуації для ліквідації наслідків катастроф, в силу індивідуальних та нервово-психічних особливостей, недостатньої професійно-психологічної підготовки, втрачають здатність до виконання робіт за призначенням (навіть у санітарів медичних закладів бувала блювота та запаморочення при транспортуванні обпечених людей та трупів).

Як показує досвід діяльності рятувальних підрозділів, саме на першому етапі протікання НС до особливостей професійної діяльності спеціалістів рятувальних підрозділів відноситься пік вираженої психічної напруги, яка може тривати в продовж всього часу виконання завдань у зоні НС залежно від комплексу адаптаційних можливостей фахівця, що, у свою чергу, впливає на функціональний стан та працездатність спеціалістів.

Практика вирішення завдань в екстремальних умовах праці вказує на те, що при виконанні завдань за призначенням рятувальники саме на цьому етапі проявляють психічну та емоційну невпевненість, припускаються помилок, які можуть коштувати їм життя. Так, за статистичними даними МНС України за період 2010 – 2012 рр. загальна кількість виробничого травматизму серед осіб рядового і начальницького складу у структурних підрозділах МНС України становила 148 випадків (пожежі, на службі, при ДТП), загальна кількість травмованих спеціалістів – 162 людини (з них у 2010 році – 45 чоловік (смертельних травмувань – 6), у 2011 році – 47 чоловік (смертельних травмувань – 4), протягом 2012 року – 70 чоловік (смертельних травмувань – 6). Можна відмітити тенденцію до зростання кількості випадків виробничого травматизму, смертельних випадків від серцевих нападів, внутрішніх ушкоджень та травмувань під час роботи серед представників екстремальних професій [7].

Особливо тяжкими для психіки рятувальників стають: загибель товариша по команді, бачення моменту смерті людини, особливо дітей. Кожна катастрофа, скалічена або загибла людина повертає до думки про тих, хто чекає в рідній домівці. Здатність та вміння володіти своїм емоційним станом, контролювати свою поведінку, діяти впевнено і цілеспрямовано в будь – якій складній ситуації – головні фактори виживання для представників професій підвищеного ризику.

Перехід від підготовчого етапу до виконання спеціалістом екстремально-го завдання пов'язаний з подоланням стану фрустрації (короткочасної розгубленості), в якому проявляється інертність психіки людини, втрачається контроль з боку волі, дезорганізується поведінка. Фрустрація як втрата звичної рівноваги, «психологічної безвиході», може справляти сковуючий вплив на діяльність фахівця, істотно знизити гнучкість поведінки, ускладнити його адаптацію до умов обстановки, що змінюється під дією негативних факторів.

У такому тлумаченні толерантність нами розглядається як ознака впевненості людини в надійності своїх позицій, відсутності у неї невпевненості в порівнянні та конкуренції з іншими переконаннями, страху втратити свої власні відмінності.

Висновки. Отже, фрустраційна толерантність – це здатність особистості витримувати стан фрустрації, стійкість до фрустраторів, в основі якої лежить здатність до адекватної оцінки ситуації та передбачення виходу з неї [8]. Фрустраційна толерантність як особистісна стійкість до впливу деструктивних факторів, які містяться в умовах діяльності (найрізноманітніші бар'єри у цілеспрямованій діяльності), є необхідною в роботі фахівців рятувальних підрозділів. Різні люди можуть витримувати один і той самий рівень напруги по-різному, така витривалість багато в чому залежить від попереднього досвіду та рівня підготовки. Стан психоемоційної напруги підриває миттєву реакцію, максимальну координованість дій у професійній діяльності рятувальників, що призводить до порушення загальної адаптації індивіда, професійних помилок. Вигляд трупів людей, відірваних кінцівок, понівечених тіл, крики про допомогу можуть ввести не тільки необізнаного та непідготовленого фахівця у стан фрустрації, при цьому спрацьовує пасивно – оборонний рефлекс саме в той час, коли постраждалі потребують активних та невідкладних дій з надання домедичної допомоги. Професійно підготовлений медичний працівник не може виконувати роль пожежного, йому заборонено лізти у вогонь, тоді як рятувальник в перші години катастрофи бере на себе відповідальність за життя і здоров'я постраждалих. Особливо важливою є спроможність рятувальника швидко виробляти нові й перебудовувати уже набуті навички та вміння (активна психомоторика), правильну просторову й часову уяву (згідно з обставинами діяльності), свої стеничні реакції на небезпеку, вміння заглушити біологічне відчуття страху без надмірного підвищення емоційної напруженості, що лише підтверджує нашу переконаність у необхідності пошуку нових, більш ефективних шляхів у системі підготовки рятувальників до виконання завдань за призначенням, особливо на етапі першої домедичної допомоги постраждалому внаслідок НС населенню.

Велику увагу в професійно-психологічній підготовці до надання домедичної допомоги постраждалим потрібно приділяти саме формуванню фрустраційної толерантності, психологічної стійкості, яка дає змогу володіти своїм емоційним станом, закріплює внутрішню готовність до стресу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ковтунович М. Г. Психологическая подготовка спасателей: Учебное пособие для спасателей студенческих спасательных отрядов / М. Г. Ковтуно-

вич, Н. В. Рожков, С. Н. Енколопов, Е. В. Орлова / под ред. М. Г. Ковтунович. – М., 2007. – 250 с.

2. Крук С. І. Толерантність як особисто-професійна якість працівника МНС.

3. Назаренко І. І. Метод муляжування в системі психологічної підготовки рятувальників / І. І. Назаренко // Вісник Національного університету оборони України : збірник наукових праць. – К. : НУОУ, 2011. – Вип. 5(24). – С. 191–196.

4. Бодров В. А. Психология профессиональной пригодности / Бодров В. А. – М. : ПЕРСЭ, 2001. – 511с.

5. Миронець С. М. Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайних ситуацій : [монографія] / С. М. Миронець, О. В. Тімченко. – К. : ТОВ «Консультант», 2008. – 232 с.

6. Столяренко А. М. Экстремальная психопедагогика : [учебн. пособие для вузов] / Столяренко А. М. – М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2002. – 607 с.

7. Солдатова Г. У. Психодиагностика толерантности личности / под ред. Г. У. Солдатовой, Л. А. Шайгеровой. – М. : Смысл. – 172 с.

8. Осухова Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : [учебное пособие для студентов высш. учеб. заведений] / Н. Г. Осухова. – 2-е изд. испр. – М. : Академия, 2007. – 288 с.

9. Ильин А. А. Школа выживания при авариях и стихийных бедствиях / Ильин А. А. – СПб. : Питер, 2000.

10. Олексенко И. И. Муляжирование в профессиональной и психологической подготовке спасателей / И. И. Олексенко // Современные проблемы медицины неотложных состояний // Материалы научного симпозиума (Киев, 21 – 22 мая 2009 г.). – К. : КГКБСМП, 2009. – С. 125–127.

11. Назаренко И. И. Влияние методов психологической подготовки спасателей к действиям в чрезвычайной ситуации / И. И. Назаренко // Проблемные вопросы медицины неотложных состояний // Материалы научного симпозиума (Киев, 2010 г.). – К. : КГКБСМП, 2010. – С. 139–141.

12. Кокун О. М. Оптимизация адаптационных возможностей человека: психофизиологический аспект обеспечения деятельности : [научная монография] / Кокун О. М. – К. : Милениум, 2004. – 265 с.

13. Шойгу Ю. С. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Ю.С. Шойгу. – М. : Смысл, 2007. – 319 с.

14. Fidel Elsensohn, Thomas Niederklapfer, John Ellerton, Michael Swangard, Hermann Brugger, Peter Paal. Current Status of Medical Training in Mountain Rescue in America and Europe. Higs altitude medicine & biology, Volume 10, Number 2, 2009. – P. 195–200.