

УДК 159.9:163

Куфлієвський А.С., к. психол. н, начальник соціально-психологічного ф-ту УЦЗУ

ВПЛИВ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ НА ПСИХОЛОГІЧНУ СТІЙКІСТЬ ПОЖЕЖНИХ-РЯТУВАЛЬНИКІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Запропонована стаття присвячена дослідженням специфіки професійної діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України. Тривалий вплив комплексу психогенних факторів служби може призводити до значної деструкції психічних і психофізіологічних характеристик стану фахівця, які, у свою чергу, призводять до зниження ефективності його професійної діяльності. Наявність реальних механізмів негативного впливу професійного середовища на особистість пожежного-рятувальника робить актуальною задачу розробки і впровадження відповідних психопрофілактичних заходів.

Ключові слова: психологічна стійкість, екстремальна ситуація, професійна діяльність.

Постановка проблеми. Службова діяльність працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України часто здійснюється у складній, а то й екстремальній ситуації. На плечі працівників цих підрозділів лягає забезпечення безпеки громадян, що досить часто здійснюється в екстремальних ситуаціях. Професійна діяльність пожежних-рятувальників тісно пов'язана з частим ризиком для життя як професіонала, так і сторонніх осіб, з сильним нервовим напруженням і переживаннями за наслідки ситуації.

Внаслідок цього у них незрідка виникають негативні психічні стани: перевтома, емоційна напруга, ознаки психічної дезадаптації (порушення функцій систем енергозабезпечення організму, стрибки кров'яного тиску, несприятлива динаміка серцево-судинної системи, подразливість тощо).

Ці стани проявляються вираженими порушеннями функцій, що енергозабезпечують організм, різних психічних процесів, а також проявами, притаманними стану між нормою та захворюванням. Ці розлади характеризуються в'ялістю, відчуттям шуму, важкості в голові, апатією, погіршеним настроєм, психічним дискомфортом,

почуттям внутрішньої напруженості, втоми, моторної загальмованості і потребують проведення спеціальної психологічної корекції, що дозволяє усунути ці розлади і попередити небажані наслідки. Необхідно пам'ятати, що у випадках посилення астенічних проявів, приєднання депресивних розладів, дезадаптація може досягти рівня психогенних реакцій, що характеризуються тривожно-депресивним синдромом, який розвивається на фоні слабковиражених соматичних захворювань. В цей період починають переважати особистісні характерологічні форми дезадаптації, можуть розвиватися соматизовані депресії, психосоматичні захворювання, декомпенсуватись органічні захворювання, формуватись патологічний розвиток особистості.

Безумовно, ці психічні стани впливають на успішність виконання особовим складом пожежно-рятувальних підрозділів службових завдань та обов'язків. Тому добре організована психологічна підготовка працівників сприятиме запобіганню цим негативним явищам, а також розв'язанню ще однієї актуальної проблеми – підвищення психологічної стійкості пожежних-рятувальників у процесі професійної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Згідно з теорією О.М. Леонтьєва [1], загальна будова діяльності складається з двох форм: зовнішньої (практичної) і внутрішньої (теоретичної). Спочатку йдуть усвідомлений мотив, умови діяльності, а потім досягнення мети за допомогою практичної діяльності. Діяльності без мотиву не буває. Діяльність історично не змінює свого значення, але значних змін знає психологічне відношення суб'єкта до цієї діяльності, тобто внутрішні процеси мають вирішальне значення при виконанні зовнішньої діяльності. Кожна людина має свої яскраво виражені психологічні риси, які впливають на її поведінку і вчинки. Ці психологічні риси в загальному розумінні прийнято називати характером.

У роботах І.П. Павлова [2] велике значення приділяється властивостям вищої нервової системи як ґрунту, на якому формуються види поведінки людини. Така властивість нервової системи як сила процесу збудження, тобто здатність витримувати довгочасне і концентроване збудження, не переходячи у стан позамежного гальмування, створює сприятливий ґрунт для формування наполегливості й витримки професіонала в екстремальних умовах діяльності.

Постановка завдання. Таким чином, дослідження специфіки професійної діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів

МНС України показало, що тривалий вплив комплексу психогенних факторів служби може призводити до значної деструкції психічних та психофізіологічних характеристик стану фахівця, які, у свою чергу, призводять до зниження ефективності його професійної діяльності.

Важливою умовою успішного виконання завдання в екстремальних умовах є психологічні властивості пожежного-рятувальника, уміння і навички, які сформувалися під впливом життєвого досвіду. Діяльність кожної людини – це великий комплекс, що включає в себе відчуття, сприйняття, мислення, внутрішні психічні процеси (потяг, бажання тощо), а також мотиви і мету діяльності.

Темперамент, властивості вищої нервової системи, самосвідомість, здібності, характер виступають не як умови, що визначають особистість, а як генетично задані умови формування особистості і форми її прояву в процесі діяльності.

Виклад основного матеріалу. Під час визначення професійної діяльності в особливих умовах слід звернути особливу увагу на гостроту чутливості в різних рецепторах, на властивості уваги, темп, ритм, координацію руху, рівень емоційної стійкості, здатність переключатися, а також на структуру характеру і психологічний стан людини. Характер – це складні індивідуальні особливості, досить показові для людини, які дозволяють з певною ймовірністю передбачати її поведінку в конкретній ситуації. Психологічний стан – це цілісна психологічна діяльність за певний період часу. Психологічний стан лабільний, він змінюється і, залежно від обставин, може бути позитивним, негативним і нейтральним. Негативний стан – це стан стресу, який супроводжується підвищеною тривожністю, неспокоєм. Характер і психологічний стан можуть вивчатися тільки у процесі діяльності людини.

Сукупність умов, за яких протягом певного часу відбувається прояв певних рис характеру людини, які впливають на її свідомість і діяльність, називається ситуацією. Ситуація, в якій є наявною постійна загроза для життя, фактор ризику, труднощі виконання тощо, називається екстремальною. І саме екстремальна ситуація сприяє виявленню в людині яскравих рис характеру, більш точно характеризує дану особу. Умови формування характеру різні, але основними з них є: соціальне середовище, біологічні умови, внутрішні закономірності, виховання, колектив, особистий приклад, індивідуальний підхід.

При роботі в екстремальних умовах дуже важливою умовою є одна з внутрішніх закономірностей людини, готовність здійснити

певні вчинки при тяжких подіях, труднощах, при радісних подіях, в умовах життєвих протиріч і конфліктів, у стані горя і страждань. Певний стиль діяльності, пов'язаний з постійною наявністю загрози для життя, надмірною збудженістю, підвищеною емоційною напругою, вимагає високої емоційної стійкості професіонала до усіх цих стрес-факторів. Емоційна напруга, обумовлена зовнішнім і внутрішнім станом людини, яка потрапила в екстремальну ситуацію, визначає й спосіб її дії в цих особливих умовах.

Внутрішня, невидима для сторонніх осіб, переробка одержаної інформації виступає потім зовнішнім проявом, а саме – дією. Рівень емоційної стійкості, сила волі, спрямованість, рівень нервової системи, здатність витримувати довгочасне нервово напруження, низький рівень тривожності-ось основний перелік якостей професіонала, який діє в умовах, пов'язаних із загрозою для життя та іншими стрес-факторами.

Дуже важливо, щоб людина, яка опинилася в екстремальній ситуації, мала здатність до самооцінки, оцінки ситуації, в яку вона потрапила, до контролю своїх емоцій. При високому рівні емоційної стійкості спостерігаються терпеливість, наполегливість, відсутність нервозності, стійкість інтересів, відносний спокій, коливаний у настрої. Правильно прийняте рішення, а потім і успішна діяльність – це головні показники високої емоційної стійкості у процесі діяльності в екстремальних умовах.

Основною проблемою емоційної стійкості є адаптація. Психічна переадаптація в екстремальних умовах, дезадаптація і реадаптація до звичайних умов життя підпорядковуються закономірному чергуванню цих етапів.

Однією з умов переадаптації в обставинах, пов'язаних із загрозою для життя, є високий ступінь готовності до моментальної дії при виникненні несподіваної ситуації.

На рубежі психологічного бар'єра, що долається, людина перебуває у стані психологічного напруження, яке обумовлюється необхідністю вольовим зусиллям придушити підкоркові емоції. Емоції регулюють діяльність людини і впливають на неї в залежності від характеру та інтенсивності емоційних переживань.

Для досягнення найвищого результату в діяльності небажаними є як надмірно слабкі, так і дуже сильні емоційні збудження: надмірно слабкі емоційні збудження не забезпечують належної мотивації,

а дуже сильно-руйнують її, дезорганізують і роблять некерованою. Надмірно тривале емоційне збудження може спричинити цілий ряд психічних порушень. Тому проблема емоційної стійкості, особливо здатність професіонала до адаптації в екстремальних умовах, є дуже важливою проблемою загальної психологічної стійкості до дій в екстремальних умовах.

Можна виділити такі етапи входження в екстремальну ситуацію, як: підготовчий етап (відомості про екстремальну ситуацію; завдання; оволодіння навичками входження в роль; встановлення зв'язку з колегою), етап входження в ситуацію (старт; сама ситуація і повернення до нормальних умов) та завершальний етап.

Відповідно до цих етапів психологічна стійкість людини також поділяється на наступні етапи: переадаптація, дезадаптація і реадаптація.

При високому рівні психологічної стійкості реадаптація професіонала відбувається за короткий час та без паталогічних змін у психіці, фізіології.

Але в деяких випадках можливий вихід за межі «психологічної норми». Це може трапитися в тому випадку, коли протікання екстремальної ситуації припадає на місце найменшого опору в характері особистості професіонала.

Особистість людини є дуже багатогранною та складною. Кожна людина має свій певний набір рис характеру, свій рівень самосвідомості, інтелекту, свою ідейну спрямованість. Але є люди, у яких якась риса характеру є більш посиленою. Вплив ситуацій, середовища тощо здатний загострити цю рису або ж, навпаки, згладити її. Якщо ж відбувається посилення риси характеру, то її називають акцентованою рисою. Така риса вважається крайнім варіантом норми, згідно з А. Личко [3].

При адаптаціях людей з акцентованими рисами характеру порушення мають місце тільки в тому випадку, якщо вплив екстремальної ситуації припадає саме на цю рису. Тоді можливі певні психічні порушення, тобто в людей з акцентованою рисою виявляється вибірна уразливість до певного роду психологічного впливу. Існують різні підходи щодо акцентованих рис. Згідно з К. Леонгардом, акцентуація – це риса особистості [4]. На відміну від нього, А. Личко вважає, що акцентуація – це риса характеру. Але їх погляди збігаються в тому, що акцентована риса – це лише крайній варіант нормального стану.

Одним з найважливіших завдань психологічної науки є виявлення акцентованих рис, небажаних для певного кола професій, пов'язаних з великим ризиком для життя, високим темпом роботи та іншими екстремальними умовами, де ці риси можуть не проявлятися, а лише за особливих умов можливе їх посилення.

Визначення високого ступеня небезпеки та шкідливості професії пожежного-рятувальника висуває на перший план проблему оптимізації процесу психологічної підготовки фахівців пожежно-рятувальних підрозділів МНС України до діяльності в екстремальних умовах.

При розробці програм психологічної підготовки даних фахівців до професійної діяльності слід зважати, в першу чергу, на природу психічних станів, що дезорганізують поведінку та діяльність.

Висновки. Таким чином, професійна діяльність особового складу МНС України пред'являє високі і специфічні вимоги до його психіки. Це проявляється в необхідності виховання високої стійкості до несприятливих зовнішніх і внутрішніх впливів, сміливості і рішучості, витриманості і самовладання, наполегливості і психологічної стійкості кожного пожежного-рятувальника.

Наявність реальних механізмів негативного впливу професійного середовища на особистість пожежного-рятувальника робить актуальною задачу розробки і впровадження відповідних психопрофілактичних заходів, які необхідно включати до загальної системи психологічного супроводу професійної діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України.

ЛІТЕРАТУРА

1. Леонтьев А.И. Деятельность. Сознание. Личность.- М.,1975.
2. Павлов И.П. Полное собрание сочинений. - М.-Л.: АН СССР, 1951.-Т.3, кн.2.
3. Личко А.Е. Психопатия и акцентуация характера у подростков.- Л.:Медицина,1997.
4. Леонгард К. Акцентирование личности. - К.: Высшая школа,1989.
5. Самонов А.П. Психологическая подготовка пожарных – М.: Стройиздат, 1982 – 78 с.
6. Повзик Я.С., Панарин В.М. Тактическая и психологическая подготовка руководителя тушения пожара. – М.: Стройиздат, 1988. – 111 с.

7. 7. Дьяченко М.И. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях: психологический аспект. – Минск, 1985. – 206 с.
8. 8. Перекопский Г.И. Особенности обеспечения психологической готовности сотрудников МВД РФ к выполнению задач в экстремальных условиях // Матер. научно-практ. конф. «Кадровая и воспитательная работа в правоохранительных органах». – СПб.: У-т МВД РФ, 2000. – С.47-49.
9. 9. Шайхлісламов З.Р. Прогнозування емоційної стійкості працівників органів внутрішніх справ в екстремальних умовах службово-оперативної діяльності // Автореф. дис. канд. псих. наук. – Харків, 1997. – 24 с.
10. 10. Логачев М.Г. Психологічна підготовка особового складу спеціальних підрозділів ОВС до дій в екстремальних ситуаціях // Дис. канд. псих. наук. – Харків, 2001. – 182 с.