

УДК 159. 922. 2

Мордюшенко С.М., начальник сектору психологічного забезпечення Академії пожежної безпеки ім. Героїв Чорнобіля

ВПЛИВ ГЛИБИННО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ НА ПРОФЕСІЙНУ ДІЯЛЬНІСТЬ ПЕРСОНАЛУ МНС УКРАЇНИ

Розглядається вплив механізмів психологічного захисту на рятувальників. Показано, що система психологічного захисту людини не завжди виконує функцію зниження тривоги від травматичної події. Аналіз емпіричного матеріалу свідчить про деструктивні наслідки використання психологічних захистів персоналом. Результати дослідження можуть стати основою для розробки нового аспекту психологічної підготовки, який містить у собі глибинно-психологічний підхід.

Ключові слова: глибинно-психологічний підхід, психологічний захист, тривога, деструкція.

Актуальність проблеми. Удосконалення системи психологічної підготовки персоналу МНС України, зокрема працівників рятувальних служб залишається актуальною у світлі розробки глобальної проблеми адаптації людини до надзвичайних подій. Традиційна форма психологічної підготовки не завжди дозволяє спрогнозувати та регулювати стресовий характер професійної діяльності. У практичній діяльності працівників психологічної служби МНС України нерідко спостерігаються ситуації, коли в учасників рятувальних подій виникають проблеми психологічного характеру.

Визнання цього факту провідними науковцями, психологами-практиками зумовлює необхідність впровадження системи психологічних засобів у підготовці працівників рятувальних професій. Практика переконливо доводить, що серед найбільш продуктивних засобів системного впливу є методи, які орієнтовані на глибинно-психологічне пізнання психічних механізмів та їх корекцію.

Мета дослідження. У контексті розробленої проблеми проаналізувати вплив психологічних захистів як глибинно-психологічних чинників на професійну діяльність рятувальника.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Наукове обґрунтування феномену “психологічний захист” здійснювалося в рамках ортодоксального психоаналізу і знайшло подальший розвиток у психоаналітичному руслі. Критики психоаналізу єдині у визнанні теорії психічних захистів, найбільш вагомим досягненням глибинної психології. “Психологічний захист” розглядався З. Фройдом у контексті взаємодії компонентів структури особистості, представленої трьома інстанціями людської психіки: Ід, Его, Супер-Его. У процесі розвитку особистості боротьба між сферами психіки має суперечливий характер і супроводжується підвищенням рівня суб’єктивної тривожності. Для компромісу між протидіючими внутрішніми силами та навколишньою дійсністю починає функціонувати психологічний захист.

Концепція “психологічного захисту” подальшого обґрунтування набула в працях А. Фрейд. Авторка однією з перших довела, що захисні прояви індивідуальні, постійно розвиваються, сприяють розв’язанню зовнішніх і внутрішніх конфліктів, впливають на адаптованість особистості і характерні для кожної психологічно здорової людини.

Дослідниками постійно велися дискусії стосовно кількості захисних механізмів. На сьогоднішній день налічується до ста захисних механізмів, але більшість науковців поділяє їх на основні (або самостійні) та додаткові, які мають ситуативне застосування.

В основі сучасних уявлень про психологічний захист лежать теорії, що визначають такі механізми як “захисні реінтерпретації”. Вони характеризуються зміною значення факторів емоційної загрози, власних рис і цінностей. В основі захисної діяльності, метою якої є зниження тривоги (або психічного дискомфорту) чи підвищення самооцінки, знаходиться захист Я під дією спотворення процесу відбору та перетворення інформації. Внаслідок цього зберігається баланс між дійсністю та власним уявленням про себе та навколишній світ.

Клінічна практика Б.Ф. Карвасарського дозволила створити класифікацію механізмів психологічного захисту. До першої групи автор відніс захисти, які об’єднуються за принципом відсутності переробки змісту того, що підлягає витісненню, пригніченню, блокуванню чи запереченню. До другої групи відносяться механізми психологічного захисту, які пов’язані зі спотворенням змісту думок, почуттів і поведінки. Різновидами цієї групи є раціоналізація, інтелектуалізація, ізоляція та заміщення. Третю групу складають механізми ре-

алізації в дії, що є складовими механізмів розрядки негативного емоційного напруження (алкоголізація). До четвертої групи увійшли механізми маніпулятивного типу: регресія та втеча у хворобу.

Виклад основного матеріалу. В науково-психологічній літературі описуються основні механізми психологічного захисту, які універсально представлені в психіці кожної людини. Їх актуалізація пов'язується із підвищенням суб'єктивного рівня тривоги, напруженості, стресу.

Для категорії людей, фахова приналежність яких передбачає постійне перебування в умовах підвищеного ризику, непередбачуваних, часто загрозливих для життя (не лише для психічної стабільності) умовах, характерною є висока функціональна активність психологічних захистів. Специфіка роботи рятувальника полягає в тому, що професійна діяльність вимагає повного командного підпорядкування, обмеженість обговорення наказів керівників, заборону на прояв почуттів, думок і т. ін. Усе це в свою чергу створює умови для високого рівня актуалізації механізмів захисту.

Мета статті не передбачає повний розгляд усіх захисних механізмів, що представлені в професійній діяльності працівників рятувальних служб. Тому вважаємо за потрібне розглянути основні психологічні захисти.

Так, наприклад, працівник отримав зауваження від керівника за недоліки в роботі. Відповідно він реагує претензійністю щодо незначних порушень з боку членів колективу. Така поведінка є свідченням генералізації, коли захисні акти так і не дозволяють усвідомити істинних причин тривожності та роздратованості. Працівник неконструктивними засобами забезпечує ілюзорний комфорт.

У наведеному прикладі діє як механізм відреагування емоцій з метою збереження внутрішнього балансу, так і захисний механізм заміщення. Механізми психологічного захисту слід розглядати в системі як функцію особистості в цілому, а не окремих психічних явищ, оскільки вони взаємопов'язані, переплітаються між собою і семантично, і функціонально.

Традиційно заміщення розглядалося як вияв або розрядка емоції (у вигляді звичайно гніву, страху чи напруги) на доступний безпечний об'єкт. За З. Фройдом, вияв інстинктивного імпульсу переадресується від більш загрозливого об'єкта чи особистості до менш загрозливого. Під час заміщення відбувається короткочасне зняття на-

пруження та задоволення потреби шляхом вивільнення її енергії. Інтенсивність перебігу заміщення залежить від того, “наскільки об’єкт для заміщення схожий на попередній, з яким спочатку пов’язувалося задоволення потреби” [6].

Найбільш поширеними і виявленими за екстремальних умов є явища перенесення. Цей захисний механізм представляє собою трансформацію нагромаджених емоцій на предмет або іншу людину. Дію цього захисного механізму можна спостерігати в розповіді учасника рятувальних робіт: “Особливо важко було дивитися на трупи дітей... Одного мені самому довелося виносити. Маленьке, зовсім грудне дитя, приблизно 3-4 місяців. Було дуже важко все це сприйняти. Я до цього мертвих дітей ніколи не бачив. А в самого – троє. Молодший приблизно такого ж віку... у мене навіть руки затряслися... Важко не те слово. Там йти всього... Декілька разів зупинявся. Доводилось класти його на землю... Дуже важко було. І не тільки морально, фізично важко було. Я ослабів враз” [10].

Наведений фрагмент засвідчує, що стійкість і інтенсивність перебігу внутрішніх психічних процесів під впливом перенесення емоційно значущого власного досвіду в екстремальну ситуацію призвели до нервового виснаження учасника рятувальних робіт. Подібні ситуації свідчать про деструктивні особливості прояву перенесення. Захист у даному випадку не допомагає, не захищає від стресу, перенапруги, а, навпаки, виснажує. Це відбувається через неможливість здійснення свідомого контролю над механізмами, які знаходяться на рівні несвідомої частини психіки. Як переконує практика, сила цих механізмів спроможна впливати на свідомі знання, в тому числі професійну підготовку, сформувати навички, нейтралізувати фізичну силу суб’єкта.

Серед захисних механізмів, що часто зустрічаються в екстремальній діяльності, є ідентифікація, яка дозволяє ототожнювати себе з авторитетною особистістю чи організацією. З. Фрейд розглядав цей захисний механізм як захист від об’єкта, який викликає страх шляхом уподібнення до нього. Це своєрідне символічне оволодіння бажаним, але недосяжним об’єктом. Підтвердження цього знаходимо в дитинстві, коли діти ототожнюють себе з батьками за статевою приналежністю, приймаючи відповідну чоловічу або жіночу роль. “У широкому сенсі ідентифікація – це неусвідомлюване прагнення наслідувати взірць, ідеал, що дає змогу перемогти власну слабкість і відчуття неповноцінності. За допомогою цього механізму психологічного захисту людина позбавляється почуття меншовартості й відчуженості” [6].

Авторський колектив на чолі з С.S. Fullerton [5] спостерігав ідентифікацію у рятувальників, які були учасниками гасіння пожежі літака внаслідок аварії. Під час психотерапевтичної роботи з учасниками рятувальних робіт було виявлено, що після виконання службового завдання вони ідентифікували себе з потерпілими, оскільки у більшості з них були такі ж самі сім'ї з дітьми.

Саме тому, не зазнавши фізичної шкоди в результаті аварії, працівники мали актуалізовані проблеми особистісного характеру. Цей випадок теж дозволяє констатувати деструктивний наслідок актуалізації захисної активності.

Універсальним засобом уникнення внутрішнього конфлікту є витіснення. Мета цього захисного механізму полягає в процесі забування: зі свідомості усуваються соціально небажані прагнення, потяги, бажання. Це дозволяє блокувати зміст травми, що загрожує особистості або викликає напруженість. Однак витіснені та пригнічені потяги дають про себе знати в невротичних і тілесних симптомах.

З. Фрейд розглядав цей захисний механізм як процес видалення зі свідомості у підсвідомість думок і почуттів, які спричиняють страждання. Саме тому у життєвій практиці виявлено, що люди не усвідомлюють конфліктів, які викликають тривогу, і відповідно не пам'ятають подій минулого, що призвели до травмування психіки. З. Фрейд був переконаний, що витіснені думки та імпульси не втрачають своєї активності в несвідомому, а тому лише чекають нагоди активізуватися. Саме тому відбувається постійна витрата психічної енергії з метою запобігання їх проникненню у свідомість.

Значного поширення в професійному середовищі працівників оперативних підрозділів набули жарти як форма опосередкованого виходу витісненого продукту. Так, наприклад, працівника вдома просять розповісти про свою роботу: “Спочатку заступив на добове чергування, а під кінець зміни змінився”. - “А що ти весь час робив?” - “Спав,” – відповідає він”.

Такий спосіб своєрідного представлення небезпечності професійної діяльності зумовлений несвідомою захисною активністю психіки. Деструктивність захисного прояву виявляється в тому, що захист нейтралізує тривогу, безпеку очікування “стандартної професійної ситуації”, що супроводжується дискредитацією самого фахівця.

Уся службова діяльність представляє собою активний процес забування неприємних для особистості реальних подій у вигляді сну.

Вживаним захисним механізмом в екстремальній діяльності є проекція. Проекція – це приписування іншим людям (або оточенню) власних неприйнятних думок, почуттів або поведінки. З. Фрейд розглядав цей захисний механізм як “уподібнення” навколишнього світу власним переживанням або потребам.

Сутність механізму проекції представимо наступним прикладом: працівник, який вважає, що несправедливо отримав дисциплінарне стягнення, високо оцінює якість виконаної роботи та приписує некомпетентність своєму керівнику. Тож замість визнання власних недоліків людина переносить негативні якості на інших.

Психологічним змістом захисного механізму реактивного утворення є поведінка чи почуття людини, що протиставленні бажанню. Якщо в особистості за певних обставин існують заборони на прояв власних почуттів, то існує ймовірність формування протилежних реакцій. Прикладом формування реактивних утворень є випадок з потерпілою від землетрусу у Вірменії [8]. У потерпілої хворої жінки відмічалися почуття провини перед матір'ю за те, що під час землетрусу не послухала матір і викинулася з вікна, отримавши при цьому перелом хребта. Пояснення свого вчинку полягало у жінки в тому, що вона хотіла вмерти біля ніг матері. Детальніший аналіз поведінки хворої жінки свідчить про те, що такий вчинок стався внаслідок страху і неможливості самої людини адекватно оцінити ситуацію.

У даному випадку захисний механізм був неефективним способом регуляції, оскільки блокувався процес конструктивної саморегуляції. Внаслідок цього зменшувалося почуття провини, що дозволило замінити реальний мотив вижити на інший, уявний – вмерти. Ось чому, негативні змісти, які склали внутрішні основи травмуючої події, психікою адекватно не усвідомлювалися і не аналізувалися.

У представленому випадку присутній і захисний механізм раціоналізації. Раціоналізація – це представлення вагомих причин і пояснень людиною для неприйнятних власних думок і дій. Цікаво, що істинні мотиви при цьому не розуміються, оскільки усвідомлення їх підриває власний авторитет серед оточуючих. На думку С.С. Занюка, “раціоналізація актуалізується тоді, коли людина боїться усвідомити ситуацію і прагне приховати від себе той факт, що у своїх діях вона керувалася мотивами, які перебувають у конфлікті з її власними моральними стандартами” [6].

Неконструктивним захисним способом уникнення внутрішнього конфлікту є регресія, яка виявляється в поверненні в умовах стресу до примітивних форм поведінки, які використовувалися в дитинстві (а за дослідженням деяких психологів значно раніше) і відповідно приносили відчуття задоволення чи полегшення.

Прикладами регресивних поведінкових реакцій у дорослих в екстремальних ситуаціях можуть бути смоктання пальців, гризіння нігтів, плач, дитяче лепетання тощо. Використання регресивних захисних реакцій описано науковцями [10]. Вони спостерігали випадки серед потерпілих “зализування” кінцівок внаслідок отриманих опіків.

Вплив надзвичайних подій на людей призвів до вибору шаблону (за З. Фрейдом це повернення до ранніх фаз сексуального життя) шляхом включення подібних ситуацій, які спрацьовували раніше. Внаслідок чого потерпілі досягли примітивного результату: зменшили тривогу і відійшли від вимог реальної дійсності. Однак, втеча від реальності призвела до загрози життю людей: “зализування” ран призвело до зараження та уповільнення виліковування.

Зазначені стратегії захисту актуалізуються психікою і проявляються в поведінці людей у ситуації дискомфорту (нездоланна зовнішня небезпека, внутрішня тривога, проблемна ситуація), коли найбільше відчувається незахищеність особистості. Екстремальна ситуація постійно актуалізує захисні механізми, несвідомий характер і сформованість у певному контексті, обтяжує захисну активність деструктивними ознаками. Це просліджується у спостереженнях за емоційним станом, змістом думок, поведінковими актами особистості. Деструктивний супровід захисної активності в професійній діяльності передбачає необхідність удосконалення психологічної роботи в загальному контексті фахової підготовки.

У традиційній психолого-педагогічній концепції професійної підготовки персоналу МНС України повинне особливе місце відводитися глибинно-психологічній роботі, в основі якої особистісна корекція. Треба погодитися з багатьма дослідниками, що професійний розвиток не можливий без особистісного зростання. Ми підтримуємо позицією вітчизняного психолога В.О. Моляко, який розглядає підготовку людей до діяльності в екстремальних умовах як шлях творчого розвитку особистості. На його думку, творча особистість – це вищий ступінь розвитку, підготовленості до конкретних видів діяльності,

життя в цілому, до зміни стилів поведінки, пошуків виходу з кризових станів.

Особистісну корекцію можна здійснювати, по-перше, під час індивідуальної роботи з психологом або психотерапевтом, по-друге, під час групової роботи, одним із варіантом якої може бути соціально-психологічний тренінг.

Наш досвід проведення тренінгових програм особистісного зростання з курсантами та студентами Академії пожежної безпеки ім. Героїв Чорнобиля свідчить про те, що навіть невелика кількість занять призводить до значних змін в структурі особистості. Внаслідок чого відбуваються зміни на різних рівнях. В учасників спостерігаються зниження тривоги, зміцнення Я, підвищення самооцінки, що призводить до усвідомлення та вирішення конфлікту. Під час відповідної роботи учасникам пропонується альтернатива старим, примітивним, незрілим захисним реакціям на вибіркові та усвідомлені адаптивні способи.

Висновки. Механізми психологічного захисту направлені на встановлення контактів з дійсністю з метою збереження внутрішньої стабільності. Психологічний захист не завжди виконує властиву йому функцію зниження тривоги від дії травматичної події. У наукових працях, що присвячені діяльності рятувальників, приводяться приклади деструктивного впливу захисних механізмів на людину. Аналіз емпіричного матеріалу показує, що захисти не допомагають, а їх гіперфункція, навпаки, має деструктивні наслідки. Застосування глибинно-психологічного підходу дозволить не переносити особистісні проблеми в професійну діяльність, оскільки персональна корекція (індивідуальна або групова) сприяє особистісному зростанню.

Проблема врахування психологічних захистів у професійній соціалізації працівників рятувальної служби передбачає необхідність додаткового вивчення та розробки практичних аспектів оптимізації психіки через пізнання захисної системи та формування здатності свідомого керування захисною активністю.

ЛІТЕРАТУРА

1. Анциферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. № 1. – С. 3 - 18.

2. Бассин Ф.В., Бурлакова М.К., Волков В.Н. Проблема психологической защиты // Психологический журнал. – 1988. – Т. 9. № 3. – С. 78 - 86.
3. Богомолов А.М. Структурно-динамические характеристики системы психологической защиты личности // Журнал прикладной психологии. – 2004. - № 2. – С. 2 - 6.
4. Гуменюк О. Проблематика “Я” у психоаналітичній теорії З. Фрейда” // Газета “Психолог” – 2005. - № 7. – С. 3 - 7.
5. Диагностические и реабилитационные мероприятия по профилактике стрессовых расстройств и суицидов среди сотрудников ГПС МЧС России: Методические рекомендации. – М.: ВНИИПО, 2003. – 132 с.
6. Занюк С.С. Психологія мотивації: Навч. посібник. – К.: Либідь, 2002. – 304 с.
7. Захарова Д.М. Психологические особенности посттравматического стресса у профессиональных спасателей // Вестник Московского университета. Психология – 2000. - № 1.- С. 72 – 73.
8. Мазур Е.С., Гельфанд В.Б., Качалов П.В. Смысловая регуляция негативных переживаний у пострадавших при землетрясении в Армении // Психологический журнал. – 1992. – Т. 13, № 2. – С. 54 - 65.
9. Михайлов А.Н., Ротенберг В.С. Особенности психологической защиты в норме и при соматических заболеваниях // Вопросы психологии. – 1990. – № 5. – С. 6 – 9.
10. Решетников М.М. и др. Уфимская катастрофа: особенности состояния, поведения и деятельности людей// Психологический журнал. – 1990. – Т. 11, № 1. – С. 95 - 101.
11. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / Сост. А.Е. Тарас, К.В. Сельченко. – М.: АСТ, 2000. – 480 с.
12. Розов В.І. Адаптивні антистресові психотехнології: Навч. посібн. – К.: Кондор, 2005. – 278 с.
13. Столяренко А.М. Экстремальная психопедагогика: Учеб. пособие для вузов. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2002. – 607 с.
14. Фрейд А. Введение в детский психоанализ. Норма и патология детского развития. «Я» и механизмы защиты: Сборник. – Мн.: Попурри, 2004. – 448 с.