інші психологічні труднощі, пов'язані з переборенням ефектів безпосереднього спостереження, а інколи і залученням у діяльність.

На таке оцінювання великий вплив має емоційне забарвлення взаємин. Внаслідок цього вони можуть виявлятися у вигляді категоричних суджень і упередженого аналізу.

Усунути вплив емоційного тиску здатні передусім колективні форми оцінювання. Оцінки групи (колективу) є виваженими, а аспекти оцінювання, котрі потрапляють у поле зору групи, більш різноманітними. Інакше кажучи, таке оцінювання допомагає уникнути однобічності та упередженості під час оцінювання особистості.

Висновок. Серед чинників, які визначають відповідність оцінок дійсному стану справ і ефективність впливу оцінки на професійний розвиток особистості, значне місце посідає систематичність вивчення та оцінювання особистості. Оцінювання повинно відбуватися регулярно. Нерегулярність оцінювання здебільшого негативно позначається і на діяльності, і на настрої працівників. Форми оцінювання є досить різноманітними: на нарадах і зборах колективу, самозвіт, у вигляді звітів у спеціальній комісії, перевірка роботи іншими органами, психологічні методи оцінювання (експертне оцінювання, спостереження).

ЛІТЕРАТУРА

1. Кулініч І.О. Психологія управління. – Л.: ВПВ ЛВЦНТЕІ, 2006. – 126 с.

2. Орбан-Лембрик Л.Е. Психологія управління. – К.: Академія, 2003. – 568 с.

3. Филиппов А.Г. Работа с кадрами: психологический аспект . – М.: Экономика, 1999. – 168 с.

УДК 159.9:613:316

Садковий В.П., *к. психол. н., доцент, ректор УЦЗУ*

СПЕЦИФІКА ВПЛИВУ НА ПСИХІКУ ПОЖЕЖНИХ-РЯТУВАЛЬНИКІВ НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ

У статті розглянуто питання особливостей різноманітних впливів на психічні процеси працівників МНС екстремальних та кризових ситуацій. Проаналізовано систему профілактичних, терапевтичних та корекційних заходів, які необхідно використовувати, щоб зменшити шкідливий вплив надзвичайної ситуації.

Ключові слова: надзвичайна ситуація, працівник МНС, психічні процеси, шкідливі впливи.

Постановка проблеми. Проблема медико-психологічних наслідків перебування людини у критичних і екстремальних ситуаціях, що загрожують її життю і здоров'ю, на сьогодні відноситься до числа найбільш актуальних у зв'язку з великою кількістю стихійних і антропогенних катастроф, критичних інцидентів, які трапляються у житті суспільства. Стрес, що переживає людина в подібних ситуаціях, став розумітися як травматичний, тобто здатний викликати в людини психічну травму.

Після пережитої психічної травми розвиваються порушення всіх рівнів функціонування (фізіологічного, особистісного, рівня міжособистісної і соціальної взаємодії), які призводять до стійких особистісних змін не тільки у тих людей, що безпосередньо пережили стрес, але й в очевидців, членів їхніх родин, рятувальників тощо. А в тих, хто пережив травматичний стрес, з великою долею ймовірності з'являється комплекс симптомів, який одержав назву "посттравматичний стресовий розлад" - ПТСР (Posttraumatic Stress Disorder - PTSD). Критерії діагностики цього розладу були включені в американський національний діагностичний психіатричний стандарт (Diagnostical and Statistical Mannual of Mental Disorders) і знаходяться в ньому дотепер. З 1994 р. ці критерії включені в європейський діагностичний стандарт МКХ-10. В європейських країнах число осіб з посттравматичними стресовими розладами досягає до 2-5 % від чисельності усього населення. Вказана обставина диктує необхідність інтенсифікації вивчення посттравматичних стресових розладів у нашій країні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Концепція посттравматичних стресових розладів, яка виникла в останнє десятиліття, ввійшла до числа найважливіших загальномедичних і соціально-психологічних проблем. У зв'язку з цим стає зрозумілою необхідність подальшого вивчення посттравматичних стресових розладів і, у першу чергу, питань їх діагностики і психокорекції. Разом з тим, як випливає з аналізу проблеми, найбільш інтенсивні розробки в цій галузі ведуться за кордоном, у той час як у нашій країні цій проблемі присвячені одиничні публікації.

Так, аналіз літератури свідчить, що вивчення питань, пов'язаних з посттравматичним стресовим синдромом, здійснювалось, головним чином, внаслідок аналізу службової діяльності військових або працівників міліції [6; 7]. Існують також дослідження прояву цього феномена внаслідок дії катастроф [9], у жертв злодіянь і сексуального насилля [10] та радіаційних лих [6; 8].

Однак стосовно виникнення та особливостей прояву посттравматичних стресових розладів у пожежних-рятувальників в літературі є лише одиничні свідчення. Це, головним чином, роботи російських психологів та психотерапевтів [2; 3; 4; 5]. Актуальність цієї пробле-

ми визначається необхідністю розробки заходів психологічної корекції посттравматичних стресових розладів з урахуванням специфіки умов праці, що їх викликають, та особливостей перебігу у пожежних-рятувальників. Дійсна потреба в цьому продиктована досить частим погіршенням здоров'я працівників цієї служби. Глибоке вивчення умов виникнення, особливостей прояву та пошуку шляхів боротьби з посттравматичними стресовими розладами викликане також фрагментарним освітленням в літературі даних стосовно вирішення цієї проблеми.

Актуальність розробки цієї проблеми в Україні викликана також важливим значенням її для удосконалення та зміцнення системи психологічної підготовки особового складу підрозділів пожежно-рятувальної служби, для оптимізації їх праці у шкідливих та небезпечних умовах професійної діяльності, що є однією з основних задач у психології праці в особливих умовах.

Тому в нашому дослідженні було поставлено **мету** – вивчити специфіку впливу на психіку пожежних-рятувальників надзвичайної ситуації.

Виклад основного матеріалу. Для вирішення поставленої мети було проведено емпіричне дослідження пожежних-рятувальників зведених загонів під час їх участі у ліквідації надзвичайної ситуації. Воно проводилося безпосередньо в зоні ліквідації надзвичайної ситуації, що трапилась 6 травня 2004 року в Мелітопольському районі Запорізької області. Для ліквідації вказаної надзвичайної ситуації було залучено більше 300 чоловік особового складу зведених загонів міст Запоріжжя й Мелітополя. На цьому етапі нами було обстежено 150 пожежних-рятувальників. За результатами цього дослідження було виділено групу «підвищеного ризику» у кількості 62 чоловік, представники якої взяли участь у подальшому нашому дослідженні. Також було проведено дослідження пожежних-рятувальників, що ввійшли до контрольної групи.

Для об'єктивної оцінки саме специфіки впливу на психіку пожежних-рятувальників надзвичайної ситуації нами було проведено дослідження представників експериментальної групи із використанням опитувальника психологічно травмуючих подій, що переживають пожежні [1]. Аналіз даних, отриманих в результаті застосування вказаного опитувальника, показав, що у контингенту пожежних-рятувальників, яких було обстежено, найбільш часто зустрічаються такі ситуації як вибухи або їх загроза, надзвичайно висока температура та її загроза, а також руйнування будівель або його загроза, участь у рятуванні людей або неможливість здійснення цього, а також дії в умовах нестачі інформації (табл. 1).

Таблиця 1

Ситуації, що травмують психіку при роботі на пожежі

Ситуації, що викликають стрес при роботі на пожежі	**Кількість пожежних**	**Середнє**	**$\Sigma_{ПЕРЕЖ\ пож}$**	**$\sigma^2_{пож}$**	**І С**	**І З**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
Поранення, травма, що не призводять до інвалідності	4,6	4,4	3,6	3,8	5,64	0,26
Втрата свідомості, запаморочення	2,3	1,0	3,2	2,8	5,02	0,77
Доводиться узнавати про загибель: - близьких колег по роботі;	3,2	1,2	3,0	3,5	6,48	0,12
- знайомих співробітників;	3,6	1,2	3,2	3,5	6,40	0,22
- незнайомих людей (дорослих);	4,4	1,4	2,8	3,0	4,77	0,26
- дітей.	2,5	1,2	4,2	4,0	6,84	0,02
Доводиться узнавати про поранення: - близьких колег по роботі;	3,9	3,3	3,7	3,8	5,18	0,25
- знайомих співробітників;	4,0	3,2	3,6	3,3	5,33	0,24
- незнайомих людей (дорослих);	4,4	3,1	2,9	3,0	5,07	0,32
- дітей.	1,9	1,4	4,0	4,0	6,97	0,25
Доводиться бачити загибель: - близьких колег по роботі;	1,7	1,1	4,1	4,2	8,93	0,11
- знайомих співробітників;	1,9	1,2	4,1	4,1	8,70	0,23
- незнайомих людей (дорослих);	4,2	1,4	3,7	3,7	7,17	0,26
- дітей.	2,0	0	4,0	4,7	8,90	0,02
Доводиться бачити, як отримують поранення: - близькі колеги по роботі;	3,2	3,6	3,3	3,4	6,57	0,24
- знайомі співробітники;	3,0	3,6	3,2	3,3	6,78	0,21
- незнайомі людей (дорослі);	4,3	3,7	2,4	2,6	5,84	0,32
- діти.	1,6	1,0	2,9	3,6	6,13	0,18
Вибух	5,0	5,0	4,7	4,4	7,24	0,27
Загроза вибуху	5,0	5,0	4,5	4,2	7,02	0,30
Вплив електричного струму	4,2	3,9	2,1	1,7	6,11	0,14
Загроза впливу електричного струму	4,4	4,0	2,0	1,5	5,32	-0,19

Продовження таблиці 1

1	2	3	4	5	6	7
Контакт із отруйними речовинами	3,2	4,8	1,6	1,4	5,64	0,21
Загроза контакту із отруйними речовинами	3,6	4,9	1,5	1,3	6,17	-0,46
Надзвичайно висока температура	5,0	5,0	2,3	1,9	5,86	0,19
Загроза надзвичайно високої температури	5,0	5,0	2,1	1,4	5,99	0,14
Руйнування будівлі, конструкції і т.п.	4,6	4,6	3,9	3,4	6,37	0,05
Загроза руйнування будівлі, конструкції і т.п	4,7	4,8	3,7	3,0	6,86	0,15
Робота із загрозою падіння з висоти	4,1	3,4	3,8	2,8	6,00	0,20
Робота у невеликому приміщенні з ускладненим плануванням, неможливістю виходу	4,0	3,3	3,7	2,9	6,31	0,32
Загроза неможливості виходу	4,1	3.0	3,3	3,9	6,22	0,27
Робота у темряві або задимленому приміщенні	4,7	4,6	3,3	2,6	5,84	0,31
Робота у складних погодних умовах	4,0	4,0	2,4	2,2	4,77	0,08
Робота в кисневому ізолюючому протигазі: - включення (надягання);	4,2	4,0	1,9	1,9	4,62	0,17
- використання у повному обсязі запасу кисню	4,0	3,5	1,7	1,4	5,86	0,07
Фізичне перенапруження	4,9	4,6	1,0	1,2	4,22	0,24
Брудна робота	4,3	3,3	0	0	4,07	-0,09
Нестача сил і засобів для гасіння: - нестача вогнегасних засобів	4,1	3,8	1,0	1,2	4,32	0,41
Некомплект особового складу	4,7	3,9	0	1,0	4,54	0,33
Проблеми із технікою: - відсутність або несправність техніки;	4,5	3,4	1,0	1,4	4,58	0,20
- недосконалість техніки;	4,4	3,0	1,3	1,4	4,39	0,24
- неочікувана поломка або відмова техніки.	4,4	3,1	1,2	1,6	5,57	0,13

Продовження таблиці 1

1	2	3	4	5	6	7
Участь у рятуванні людей	4,7	3,2	1,4	2,8	5,78	0,12
Ситуація, коли неможливо врятувати: - близького колегу по роботі;	4,8	4.0	3,3	3,4	6,59	0,14
- знайомого співробітника;	3,9	4,0	3,8	3,6	6,43	0,13
- незнайому людину (дорослу);	4,7	4,1	3,7	3,5	6,24	0,23
- дитину.	2,2	2,4	4,6	4,4	8,48	0,12
Участь у слідчих діях	3,9	3,9	2,0	3,5	5,32	-0,34
Відповідальність за доручення, що не входить до посадових обов'язків	3,8	3,0	1,4	3,0	4,47	0,42
Недостатність знань або досвіду	3,2	3,1	1,1	2,4	4,71	0,25
Некомпетентне розпорядження	3,0	2,8	1,4	2,4	4,03	0,39
Дії в умовах нестачі інформації	4,8	4,4	3,4	1,8	5,48	0,30
Вимушена бездіяльність	3,0	3,0	0	1,1	3,3	0,45
Обвинувачення в переляку або професійній непридатності: з боку керівника: - віч-на-віч;	1,7	1,2	1,0	1,0	3,9	0,20
- публічно;	2,2	1,1	1,2	1,0	5,49	0,50
З боку колег: - віч-на-віч;	1,1	1,0	0	0	4,21	0,07
- публічно.	1,0	0	1,0	1,0	5,60	0,78

За останні три місяці в обстежуваних практично ці самі події і ситуації частіше всього й зустрічалися.

Переживання у формі страху, тривоги і безпорадності в період ліквідації надзвичайної події були також для них дуже частими. Так, наприклад, частіше за все страх переживався ними за неможливості врятувати дитину, при вибухах або ще частіше при їх загрозі. Дуже висока частота виникнення в них й тривожних станів: особливо коли доводилося бачити, як гинуть працівники та діти.

Негативний психічний стан у вигляді безпорадності також є стресогенним фактором. При цьому слід зауважити, що в пожежних-рятувальників він виявлявся дуже часто.

Отримання об'єктивних даних у вигляді індексу стресогенності (ІС) також дозволило упевнитися в наявності високих його показників у обстежених осіб. Так, такі ситуації як поранення і загибель людей,

неможливість їх врятувати, отримання звістки про загибель товаришів або дітей, вибухи, напружене очікування їх можливості, обвали та руйнування обломків та будівель, ураження отруйними речовинами, електричним струмом, задимленість, дія надзвичайно високої температури, несподівані поломки обладнання й техніки – це всі фактори, що викликають дуже потужні напруження та перенапруження нервово-психічних і психофізіологічних функцій у рятувальників.

Слід зазначити, що загроза, тобто можливий прояв окремих подій, викликала ще більше напруження, інакше кажучи, була більш стресогенною, ніж самі дії (наприклад, руйнування будівель і конструкцій та загроза їх обрушення) (табл. 1).

Відносно індексу звикання (ІЗ) необхідно підкреслити, що він не означає можливість або відсутність привикнути до яких-небудь ситуацій. Виявляється, що більшість значень індексу звикання має позитивний знак, що маємо трактувати як відсутність ефекту "звикання" до конкретних ситуацій, з якими пожежні-рятувальники стикалися раніше. Закономірність виявляється наступною: чим сильнішим є вплив будь-якого фактора на психіку, тобто чим більшим є ступінь його стресогенності, тим чисельно меншим є його показник. Інакше кажучи, не дивлячись на його повторний характер, звикнути до нього, як-то адаптуватися до його впливу на психоемоційний стан, рятувальникам було дуже складно.

У той же час показники індексу звикання, що мають негативний знак, можна оцінювати як наявну можливість адаптуватися до них. Подібні значення отримані у наступних ситуаціях: загроза впливу електричного струму та отруйних речовинам, а також звикання до брудної роботи та участь у слідчих діях після гасіння пожежі.

Висновки. Таким чином, використання опитувальника психологічно травмуючих подій, що переживаються пожежними-рятувальниками, надало можливість представити не тільки частоту впливу на них стресогенних факторів, а й визначити ступінь цього впливу. Всебічне вивчення отриманих даних разом із бесідами, інтерв'ю та ознайомленням з інструктивною правовою і нормативною документацією дозволило проаналізувати специфіку праці пожежних-рятувальників та виділити її особливості.

Аналіз специфіки професійної діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів дозволив виділити основні групи чинників, що справляють на них сильний психологічний вплив. До них відносяться наступні стресогенні чинники:

- наявність постійної дії стресу очікування на бойових чергуваннях, який викликає зсув психофізіологічних показників на рівень, значно нижчий від норми;

- кожний виїзд на гасіння пожежі відбувається в незвичайній, досить часто складній ситуації. Тобто її новизна вимагає лабільності пристосовних механізмів бійців, гнучких і винахідливих дій з напруженням психічних можливостей;

- різко негативним є вплив оточуючого середовища, задимленості, загазованості, високої температури, загрози ураження електричним струмом, вибухом газу і т.ін., що значно підвищує стресогенність впливу на психофізіологічні параметри життєдіяльності людини;

- постійна зміна ситуації, нестача інформації, великі операціональні навантаження: емоційні, когнітивні, вольові, фізичні;

- усвідомлення постійної небезпеки і загрози для здоров'я та життя: ризик отруїтись, попасти під завали будівель, отримати поранення;

- коливання в надійності, узгодженості і взаємопорозумінні у діях з колегами по службі;

- безпосередня участь у спасінні громадян, переживання загибелі товаришів по службі, дітей, жінок;

- потреба у самовладанні для мобілізації на високо ризиковані дії, можливо без підтримки колег та при великому дефіциті часу на прийняття рішення;

- розуміння особистої відповідальності, небажання отримати стягнення при розборі дій бійців після пожежогасіння.

Вказані моральні, професійні та психологічні чинники є головними особливостями, що відрізняють специфіку праці пожежно-рятувальних підрозділів МНС України від особливостей виконання своїх обов'язків фахівцями інших ризиконебезпечних професій (спецпідрозділи МВС, сапери, оперативні працівники СБУ та ін.).

ЛІТЕРАТУРА

1. Леви М.В., Ловчан С.И. Методика оценки травматического опыта пожарных // Посттравматический и постоенный стресс. Проблемы реабилитации и социальной адаптации участников чрезвычайных ситуаций: междисциплинарный подход. - Материалы III науч.-практ. конф. – Пермь, 1998. – С. 26-27.

Леви М.В., Агарков В.А., Малиновская О.Н. Некоторые случаи посттравматического стрессового расстройства у пожарных // Посттравматический и постоенный стресс. Проблемы реабилитации и социальной адаптации участников чрезвычайных ситуаций. – Материалы IV научно-практической конференции. - Пермь, 1999. - С. 1-4.

2. Леви М.В. Исследование посттравматических стрессовых расстройств у пожарных России // Социально-психологическая

реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф. - Материалы 4-й международной конференции. - Минск, 1999. - С. 120.

3. Марьин М.И., Леви М.В., Тарабрина Н.В., Агарков В.А. Методический комплекс для выявления групп риска развития посттравматических стрессовых расстройств среди сотрудников ГПС // Проблемы подготовки кадров для пожарной охраны. - Материалы науч.-практ. конференции. - М, 1998. - С. 111-113.

4. Сафін О.Д. Психологія управлінської діяльності командира. Навчальний посібник. – Хмельницький: АПВУ, 1997. – 372 с.

5. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. - СПб: Питер, 2001. - 272 с.

6. Тімченко О.В. Сучасні підходи до вивчення психологічної ролі емоційного стресу в діяльності ризиконебезпечних професій // Вісник Харківського державного педагогічного університету ім. Г.С. Сковороди. Психологія. - Харків, ХДПУ, 2001. – Вип. 5. - С. 178 - 181.

7. Яковенко С.І. Теорія і практика психологічної допомоги потерпілим від катастроф (на прикладі постчорнобильської ситуації): Автореф. дис. … д-ра психол. наук. - К., 1998 – 34 с.

8. Glesser G., Green B., Winget C. Prolonged psychological effects of disaster. – Acad. Press, 1981. – 151p.

10. Weiss D.S., Mannar C.R. (1997) The Impact of Event Scale - Revised. In Wilson J.R., Keane T.M. (eds.): Assessing Psychological Trauma and PTSD. - N.Y., Guilford Press, 1997. - P. 399-411.

УДК 159.94

***Самойлов М. Г.**, д-р біол. н., професор, зав. кафедри психології та педагогіки Харківської державної академії фізичної культури*

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

У статті здійснено аналіз умов, яких необхідно дотримуватись у процесі психологічної підготовки спортсменів до діяльності в екстремальних умовах. Обґрунтовані принципи цієї підготовки, головним серед яких є штучне моделювання несподіваних, непрограмованих, складних для спортсменів умов, що моделюють екстремальну ситуацію, можливу під час змагань.

Ключові слова: психологічна підготовка спортсмена, екстремальні умови, моделювання стресогенних чинників.