

базові переконання про навколишній світ і власне «Я», а також досвід, що сприяє зміцненню «Я-концепції» особистості.

Висновки. Отже, діагностику стресостійкості особистості доцільно здійснювати за комплексом прямих і побічних її показників.

Стресостійкість — це структурно-функціональна, динамічна, інтегративна властивість особистості, результат трансактного процесу зіткнення індивіда зі стресогенним фактором, що включає процес саморегуляції, когнітивну репрезентацію, об'єктивну характеристику ситуації та вимоги до особистості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бодров В. А. Психология профессиональной пригодности / В. А. Бодров. — М.: ПЕРСЭ, 2001. — 511 с.
2. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк. — К.: Ніка-Центр, 2006. — 580 с.
3. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості: [монографія] / В. М. Крайнюк. — К.: Ніка-Центр, 2007. — 432 с.
4. Психология здоровья / под ред. Г. С. Никифорова. — СПб: Питер, 2003. — 607 с.
5. Столяренко А. М. Экстремальная психопедагогика: [учеб. пособие] / А. М. Столяренко. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2002. — 607 с.
6. Судаков К. В. Индивидуальная устойчивость к стрессу / К. В. Судаков. — М., 1998. — С. 3–168.

УДК 159. 95

Косолапов О. М., ад'юнкт кафедри загальної психології НУЦЗУ

РОЛЬ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВ СЛУЖБОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ РЯТУВАЛЬНИКІВ У ВИНИКНЕННІ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ

Стаття присвячена дослідженню негативних психічних станів, які виникають у працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України під час виконання професійних завдань в умовах надзвичайної ситуації.

Виявлені особливості розвитку основних негативних психічних станів і реакцій, які виникають у рятувальників в умовах надзвичайної ситуації;

Охарактеризовано найбільш типові умови і стрес-чинники, які найчастіше зустрічаються при виконанні рятувальниками свого професійного обов'язку і приводять до виникнення негативних психічних станів.

Ключові слова: негативний психічний стан, умови професійної діяльності, стрес-чинник.

Статья посвящена исследованию негативных психических состояний, которые возникают у работников аварийно-спасательных подразделений МЧС Украины во время выполнения профессиональных задач в условиях чрезвычайной ситуации.

Выявлены особенности развития основных негативных психических состояний и реакций, которые возникают у спасателей в условиях чрезвычайной ситуации;

Охарактеризовано наиболее типичные условия и стресс-факторы, которые чаще всего встречаются при выполнении спасателями своего профессионального долга и приводят к возникновению негативных психических состояний.

Ключевые слова: негативное психическое состояние, условия профессиональной деятельности, стресс-фактор.

Постановка проблеми. Виконання завдань в умовах надзвичайної ситуації з психологічної точки зору характеризуються негативним впливом на психіку людини широкого спектра несприятливих, дискомфортних і загрозливих стрес-факторів. Спеціалісти, які направляються в зони надзвичайної ситуації для виконання рятувальних та інших невідкладних робіт, знаходяться під впливом не тільки значного ризику виникнення нервово-психічних розладів, психічної дезадаптації і стресових станів але й фізичної загрози особистому здоров'ю (життю). Такі негативні впливи нерідко стають причиною зривів у професійній діяльності, зниження працездатності, міжособистісних конфліктів, порушень дисципліни, зловживання алкоголем, інших негативних явищ.

Тривале здійснення своїх службових обов'язків у надто напруженій обстановці веде до дезадаптації, зниження стійкості організму, нервово-психічних перенапруг, результатом чого є розвиток стійких негативних психічних станів.

Проблема психічних станів є однією з маловивчених і складних у психологічній науці, особливо в її прикладних розділах, пов'язаних із професійною діяльністю людини в екстремальних умовах.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Аналіз літератури показав, що природа негативних психічних станів, які виникають у професіоналів різних категорій, досліджувалася неодноразово [2; 4; 6; 9 та інші]. Проблема психічних станів є однією з маловивчених і складних у психологічній науці, особливо в її прикладних розділах, пов'язаних із професійною діяльністю людини в екстремальних умовах [6; 7; 8; 9; 10].

Саме тому для теорії й практики психології діяльності в особливих умовах останніх десятиліть характерна підвищена увага до вивчення проблеми психічних станів, методів їхньої діагностики, профілактики й корекції.

Метою даної статті є комплексний науковий аналіз факторів і причин, що обумовлюють виникнення негативних психічних станів та реакцій працівників МНС України, що необхідно для успішного розв'язання проблем прогнозування і попередження нещасних випадків а також здійснення цілеспрямованої психореабілітаційної та психокорекційної робіт.

Виклад основного матеріалу. Психічні стани – це особлива психологічна категорія, яка об'єднує велику групу життєвих явищ. Виділення галузі психічних станів заповнює деяку прогалину в системі психології, розрив між психічними процесами та психічними властивостями особистості [1].

Згідно з поглядами С. Л. Рубінштейна, основним способом існування психічних станів є їх існування як процесу – неперервного і формуючого.

Психічні стани як самостійну категорію вперше виділив В. Н. Мясіщев (1932). Проте в теоретичному плані питання про психічні стани було поставлено М. Д. Левітовим (1964), який проаналізував наукову літературу з цієї проблеми, розглянув механізми прояву психічних станів та виклав загальні завдання їх вивчення [7]:

- виділення психічних станів в особливу категорію психології та визначення її зв'язків з іншими психологічними категоріями;

- розгляд механізмів виникнення й розвитку психічних станів і визначення їхніх зв'язків з індивідуально-психологічними особливостями людини;

- дослідження психічних станів у різних видах людської діяльності.

На нашу думку, найбільш вдалим і повним є визначення поняття “психічний стан”, яке дає М. Д. Левітов: “психічний стан – це цілісна характеристика психічної діяльності за певний період часу, що показує своєрідність протікання психічних процесів у залежності від відображення речей і явищ дійсності та психічних властивостей особистості” [1; 6].

Психічні стани виникають і розвиваються на основі психічних процесів і в структурі психіки розташовуються між процесами й властивостями особистості. Тому для них характерні прямий і безпосередній взаємозв'язок із психічними процесами й властивостями особистості.

Психічним станам властивий ряд особливостей. Перша з них — цілісність. Хоча стани і відносять переважно до певної сфери психіки (пізнавальної, емоційної, вольової), вони характеризують психічну діяльність у цілому за певний проміжок часу.

Друга особливість психічних станів — їхня рухливість і відносна стійкість (тому що психічні стани мінливі: мають початок, кінець, динаміку). Вони менш постійні, чим властивості особистості, але більш стійкі й вимірюються більшими одиницями часу, ніж психічні процеси.

Третя їхня особливість — прямий і безпосередній взаємозв'язок із психічними процесами й властивостями особистості. У структурі психіки стани розташовуються між процесами й властивостями особистості. Вони виникають у результаті відображення діяльності мозку. Проте, виникнувши, стани, з одного боку, впливають на психічні процеси (визначають тонус і темп відображеної діяльності, вибірковість відчуттів, сприйняття, продуктивність мислення індивіда та ін.), з іншого боку — представляють собою «будівельний матеріал» для формування властивостей особистості.

Отже, психічні стани служать фоном, що сприяє прояву особливостей особистості або маскуванню їх.

Четверта особливість психічних станів — їхня індивідуальна своєрідність і типовість. Психічні стани кожної людини своєрідні, оскільки нероз-

рівно пов'язані з індивідуальними особливостями особистості, її моральними й іншими рисами.

П'ята особливість психічних станів — їхнє значне різноманіття. Про це свідчить наступний неповний їхній перелік: подив і здивування, розгубленість і зосередженість, надія й безнадійність, зневіра й бадьорість, підйом і збудженість, нерішучість і рішучість, напруженість і спокій і т. д.

Шоста особливість — полярність психічних станів, тому що кожному з них відповідає протилежне. Так, активності протистоїть пасивність, упевненості — непевність, рішучості — нерішучість. Полярність станів, швидкий перехід людини з одного стану в протилежний особливо яскраво проявляються в екстремальних умовах діяльності.

Зазначені особливості властиві психічним станам будь-якої людини. Однак діяльність фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України різко відрізняється від звичайних, життєвих умов, звичних для більшості людей. Загальне й особливе в умовах діяльності визначає загальне й особливе в психічних станах фахівців екстремального профілю. Типові, наприклад, негативні психічні стани рятувальників МНС, особового складу спецпідрозділів МВС України й військовослужбовців, що беруть участь у локальному збройному конфлікті [4, 5, 6].

Екстремальна ситуація в діяльності персоналу МНС України представляє собою певне сполучення, сукупність різноманітних зовнішніх і внутрішніх стрес-факторів, що призводять до виникнення негативних психічних станів; число таких сполучень може бути нескінченним.

Зробимо спробу навести найбільш характерні умови і стрес-фактори, що найчастіше зустрічаються при виконанні рятувальниками свого професійного обов'язку і призводять до виникнення негативних психічних станів:

1. Висока температура середовища. Це специфічний стрес-фактор, який після короткочасного підсилення процесу збудження викликає пригнічення кори головного мозку, порушення рівноваги між збудженням і гальмуванням, ослаблення самого гальмівного процесу, порушення точності рухових актів, дискоординацію і так далі. В період роботи в цих умовах погіршується самопочуття; з'являються головний біль, запаморочення, «кола» перед очима, стук в скронях, відчуття жару і духоти, слабкості, небажання рухатися, підвищується температура тіла і так далі. Проведені дослідження показують, що газодимозахисники, які працюють в теплодимокамері при температурі +50°C, через 10 хвилин знаходження там проявляють психічне занепокоєння і відмовляються від подальшої роботи із симптомами, описаними вище.

2. Висока щільність диму є другим найбільш поширеним стрес-фактором в бойовій діяльності рятувальників, негативна дія якого в першу чергу впливає на органи відчуття. Дим викликає сильне роздратування слизової оболонки очей і носоглотки, викликає кашель, задишку, призводить

до порушення функції дихання і втрати працездатності. Вдихання на пожежі диму з оксидом вуглецю погіршує здоров'я пожежників, особливо осіб, схильних до серцевих захворювань. При роботі в задимленій зоні пожежники найчастіше втрачають орієнтацію в просторі.

3. Новизна подразників. Новизна обстановки пожежі викликає у рятувальників оборонний і орієнтувальний рефлекс і тим самим підсилює рухові реакції. Деякі з них цілком недоцільні і призводять до зайвої метушні на пожежі. Всі ці стрес-фактори істотно впливають на результат гасіння пожежі і призводять до небажаних наслідків. Таким чином, нова обстановка і невизначеність ситуації, навіть тоді, коли немає прямої загрози для життя, може викликати зміни у вольовій активності, протіканні процесів сприйняття, мислення і пам'яті.

4. Дія шуму. З практики гасіння пожеж на промислових об'єктах відомо, що всілякі шуми — досить поширене явище. Встановлено, що шум на одних рятувальників мало впливає, у інших же призводить до виникнення неприємних відчуттів: страху, тривоги, занепокоєння, пригніченості, нездужання. Це, безумовно, призводить до зниження активності бойової діяльності, а інколи і до відмови виконання бойового завдання. В умовах шуму зменшується зосередження уваги, знижується розумова діяльність рятувальників. Під впливом шуму збільшується час реакції на різні сигнали.

Таким чином, шум діє на психіку пожежників негативно, як стрес-фактор, що позначається не лише на успішності бойової діяльності, але і на здоров'ї.

Існує прямий зв'язок між мірою втрати слуху і стажом роботи в пожежній охороні: після 20 років служби втрачається до 30 % слуху, а після 25 років — до 60 %. При високому рівні шуму дії пожежника набувають характеру автоматичних, з'являється відчуття вібрації внутрішніх органів, діафрагми.

5. Дія обмеженого простору. Відомо, що виконувати бойові завдання особовому складу пожежних підрозділів доводиться в обмеженому просторі (тунелях, підземних галереях, кабельних комунікаціях і т. д.). Обмежений простір викликає у рятувальників труднощі не лише фізичного порядку, такі як зміна звичного способу дій, робочої пози (просування повзучи, робота лежачи і т. д.), але і психічного. В період бойової роботи в цих умовах у рятувальників спостерігається зосередженість на власних суб'єктивних відчуттях, що призводить до значного зниження працездатності, а інколи і до відмови від виконання бойового завдання.

6. Стресогенним фактором в роботі пожежників є сигнал тривоги. За даними М. І. Мар'їна, Е. А. Мешалкіна, більше 70 % пожежників при отриманні сигналу тривоги відчувають нервово-емоційний дискомфорт, а більше 50 % випадків підвищення частоти серцевих скорочень пов'язано з емоційним компонентом кардіальної реакції.

7. Небезпека отруєння хімічними речовинами. При отруєнні окисом вуглецю перш за все страждає вища нервова діяльність, що виражається в порушенні процесів гальмування: настає загальна слабкість, сплутаність свідомості і психічне збудження, порушення ритму і глибини дихання, втрата свідомості. Після отруєння чадним газом середнього і важкого ступеня спостерігається ураження нервової системи: розлад пам'яті, уваги, галюцинаторне збудження, функціональні неврози, паралічі, тремор, пітливість, міокардіопатія. Всі ці ознаки отруєння відомі пожежникам-професіоналам і мають місце майже на кожній пожежі.

8. Вплив стану постраждалих людей на психіку рятувальника. Велика кількість постраждалих буває в результаті катастроф, аварій і пожеж на промислових підприємствах, у будівлях з масовим перебуванням людей: театрах, кінотеатрах, готелях і так далі. До прибуття пожежного підрозділу на місці катастроф відкривається гнітюча картина, викликана наслідками вибуху: руйнування конструкцій будівель, рухомого складу, крики постраждалих про допомогу, стогони вмираючих людей, обгорілі і розчленовані тіла загиблих. Все це, поза сумнівом, впливає на психічний стан особового складу аварійно-рятувальних підрозділів [5].

Психічні стани фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України максимально залежать від службово-ділової обстановки в колективі, психологічної сумісності й згуртованості колективу. Чітко організований процес службової діяльності, згуртований колектив породжують стани захопленості, професійної гордості й високої психологічної готовності до виконання складних і відповідальних завдань [6].

На психічні стани працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України впливають їхні попередні стани. Зв'язок між даними психічними станами і тим, що їм передувало, може бути двояким. В одних випадках попередній стан змінюється протилежним. Наприклад, висока напруга, працездатність, мобілізація всіх своїх фізичних і духовних сил, властиві працівнику аварійно-рятувального підрозділу МНС України в період ліквідації наслідків надзвичайної ситуації й порятунку потерпілих, змінюється на стан розслабленості, розрядки, коли аварійно-рятувальні роботи завершені. В інших обставинах між попереднім і наступним психічним станом є відношення не протилежності, а подібності. Більш того, попередній психічний стан фахівця може підсилювати дієвість його наступних станів.

Крім того, суб'єктивні показники самопочуття, активності й настрою часто відбивають мотивацію до того або іншого виду діяльності. Інакше кажучи, фахівець аварійно-рятувального підрозділу МНС України може на суб'єктивному, найчастіше ще не усвідомленому рівні, сигналізувати через зниження показників психоемоційного стану про зниження мотивації до діяльності.

Психічні стани фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України можуть зазнавати істотних змін і у зв'язку із впливом на організм професійних завдань, що різко змінюються при їх виконанні, кліматичних або специфічних для діяльності умов (стрес-фактори пожежі, землетрусу, аварії, надлишок або недолік інформації, загибель людей, кліматичні умови тощо).

В екстремальній ситуації у рятувальників може виникнути страх — афективний психічний стан, що викликається надзвичайно сильними, небезпечними для життя зовнішніми подразниками. Такі негативні стани можуть порушити психічну стійкість, викликати негативні прояви, послабити його працездатність. За ступенем інтенсивності й глибини переживань страх переживається у вигляді занепокоєння, хвилювання, тривоги й переляку, страху й жаху. Стан жаху проявляється в астенічній і стенічній формах. У першому випадку під впливом небезпеки людина ціпеніє і стає нездатною до руху й дій; стенічна реакція характеризується, навпаки, різким руховим порушенням, метушливістю, прагненням втекти від загрози життю, без здатності враховувати особливості ситуації. Цей стан дезорієнтує особистість, викликає у неї глибоке потрясіння.

Однією із глибоких патологічних форм страху є психологічний шок — тимчасова втрата всякої здатності психічної діяльності у людей, не підготовлених у психологічному відношенні до екстремальних умов.

Страх може викликати паніку (груповий стан) — гнітючий афект, що розвивається раптово при несподіваному враженні загрозливого характеру й швидко поширюється шляхом психічного впливу на багатьох осіб. Паніка охоплює, подібно епідемії, майже раптово цілу масу людей, заражає їх почуттям неминучої небезпеки.

У представників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України паніка, як правило, не зустрічається, однак найчастіше вони її спостерігають у реальних умовах під час дій постраждалого населення (пожежа, землетрус, аварія й т. п.).

Таким чином, в усьому різноманітті екстремальних ситуацій службової діяльності на психіку і поведінку персоналу МНС України впливатимуть певні стрес-фактори, причини розвитку яких можливо умовно розділити на дві групи: зовнішні і внутрішні.

Зовнішні:

- психологічний вплив наслідків надзвичайної ситуації;
- рішучість і темп проведення службових дій;
- інтенсивність і новизна застосування спеціальної техніки;
- нестандартність засобів і прийомів дій при виконанні покладених завдань;
- загибель або поранення персоналу МНС і цивільного населення;
- характер дій особового складу та підрозділів МНС України;

- укомплектованість і якісний склад підрозділу, його злагодженість, ступінь управління і стиль діяльності офіційних і неофіційних лідерів;
- безперервність, тривалість і динаміка виконання службового завдання;
- руйнація цивільних об'єктів;
- природно — географічні і кліматичні особливості місцевості;
- час року і доби.

Внутрішні:

- раптовість, несподіванка (нетривала за часом зміна службової обстановки, виникнення якої працівники не припускали);
- погроза (чекання можливих негативних наслідків службової обстановки);
- небезпека (усвідомлення реальної можливості негативного впливу конкретних елементів службової діяльності на життя і здоров'я персоналу МНС);
- новизна, незвичайність (визначення особовим складом невідомих компонентів службової діяльності);
- невизначеність (включає повну відсутність, нестачу або суперечливість інформації про сформовану обстановку);
- надлишок інформації (обсяг інформації перевищує можливості аналізу й узагальнення);
- дефіцит часу (на аналіз, оцінку обстановки ухвалення рішення і проведення конкретних дій);
- відповідальність (за виконання наказу, прийняття рішення і самостійні дії при виконанні службових завдань);
- усвідомлення персоналом МНС особливого характеру і результатів службової діяльності;
- тривале перенесення позбавлень, труднощів і дискомфорту (відсутність звичних умов для життя і діяльності протягом великого проміжку часу).

Висновки. Поняття "психічний стан" з моменту його появи зазнало значних змін, пов'язаних як із розширенням сфери його застосування, так і великою мірою з фундаментальним вивченням різноманітних аспектів цієї категорії — причинності, регуляції, детермінації, прояву.

Психічні стани — це особлива психологічна категорія, яка об'єднує велику групу життєвих явищ, цілісна характеристика психічної діяльності за певний період часу, що показує своєрідність протікання психічних процесів залежно від відображення речей і явищ дійсності та психічних властивостей особистості.

Психічний стан є частиною (компонентом) функціонального стану організму фахівця аварійно-рятувального підрозділу МНС України, що може зазнавати істотних змін у зв'язку з впливом на організм професійної діяльності в умовах дії стрес-факторів екстремальної ситуації (пожежа, землетрус, аварія, загибель людей тощо).

ЛІТЕРАТУРА

1. Алексеева Е. М. Психология психических состояний: Сборник статей. Вып. 4 / ред. проф. А. О. Прохорова / Е. М. Алексеева, А. О. Прохоров. – Казань: Центр инновационных технологий, 2002. – С. 131–144.
2. Екстремальна психологія: [підручник / заг. ред. проф. О. В. Тімченка]. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
3. Миронець С. М. Актуальні проблеми психологічного забезпечення аварійно-рятувальних підрозділів МНС України / С. М. Миронець // Надзвичайна ситуація. – 2003. – № 1. – С.38–40.
4. Миронець С. М. Вплив стресогенних чинників на працездатність рятувальників під час ліквідації надзвичайних ситуацій в екстремальних умовах / С. М. Миронець // Зб. наукових статей Київського міжнародного університету. Серія: Психологічні науки. Випуск 6. – К.: КиМУ, 2005. – С. 84–89.
5. Миронець С. М. Психологічні особливості професійної діяльності фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України / С. М. Миронець // Збірник наукових статей Київського міжнародного університету. Серія: Педагогічні науки. Психологічні науки. Випуск 1. – К.: Правові джерела, 2002. – С. 228.
6. Миронець С. М. Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації: [монографія] / С. М. Миронець, О. В. Тімченко. – К.: ТОВ "Август Трейд", 2008. – 249 с.
7. Прохоров А. О. Психология психических состояний / А. О. Прохоров. – Казань: Изд-во "Центр инновационных технологий", 2002. – С. 6–25.
8. Психология состояний. [хрестоматія / составители Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдрева, А. О. Прохоров]. — М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. – 608 с.
9. Собченко О. М. Індивідуально-психологічні особливості поведінки рятувальників у стресогенних обставинах: дис. канд. психол. наук: 19.00.09 / Донецький ін-т післядипломної освіти інженерно-педагогічних працівників АПН України / Олександр Михайлович Собченко. — Донецьк, 2006. — 331с.
10. Тимченко А. В. Психологические аспекты состояния, поведения и деятельности людей в экстремальных условиях и методы их коррекции. / А. В. Тимченко. – Харьков, 1997. – 184 с.